Rev. Psicol. (Arequipa. Univ. Católi. San Pablo) / Año 2024 / Vol 14 / N° 2 / pp. 9-24
ISSN 2306-0565 versión impresa / ISSN 2311-7397 versión on line

Libertad interior y sufrimiento. Edith Eger y Viktor Frankl

Inner Freedom and Suffering. Edith Eger and Viktor Frankl

Juan Andrés Mercado Montes
Pontificia Università della Santa Croce, Roma, Italia
https://orcid.org/0000-0001-7016-9045
Correspondencia: mercado@pusc.it

Resumen
Edith Eger plantea vívidamente las complicadas relaciones entre el dolor y la capacidad de armonizarlo con la propia libertad, remarcando la consciencia de que en toda circunstancia podemos asumir ese sufrimiento y seguir luchando. "Decir que sí" a la vida se funde con darle un sentido. La obra de Viktor Frankl le abrió a Eger las puertas de la comprensión de esta realidad, cuyos aspectos paradójicos frecuentemente condicionan de manera negativa la vida de muchas personas. Frankl y Eger van más allá de la descripción psicológica al valorar las maneras de afrontar el sufrimiento y la frustración, pues tocan nociones filosóficas de fondo, además de la elección y el sentido: Eger afirma sin medias tintas que la vida es un don, y explica la búsqueda de sentido como misión personal, compatible con una ética donde la cuestión central es qué tipo de persona quiere ser cada uno. En este tejido psicológico y antropológico se destaca cómo algunas contribuciones de Leonardo Polo —la sindéresis proactiva—, Tomasello —la colaboración espontánea— y Peterson —la necesidad de la disciplina— ayudan a componer una imagen más completa de la propuesta de Eger y Frankl.

Palabras clave: Libertad interior, sufrimiento, Edith Eger, Viktor Frankl.

Abstract
Edith Eger vividly illustrates the intricate relationship between pain and the ability to reconcile it with personal freedom, emphasizing that in any situation, we can embrace our suffering and continue to strive. "Saying yes to life" is intertwined with finding meaning in it. The works of Viktor Frankl opened Eger's eyes to this reality, where paradoxical elements often negatively impact

https://doi.org/10.36901/psicologia.v14i2.1688

many people's lives. Frankl and Eger extend beyond psychological description by valuing methods to confront suffering and frustration, delving into profound philosophical concepts, apart from choice and meaning. Eger unequivocally asserts that life is a gift and describes the pursuit of meaning as a personal mission, aligning with an ethical framework centered on the question regarding what kind of person each one wants to be. Within this psychological and anthropological context, the contributions of Leonardo Polo's concept of proactive synderesis, Tomasello's spontaneous collaboration, and Peterson's emphasis on the necessity of discipline, enrich the comprehensive understanding of the perspectives offered by Eger and Frankl.

Keywords: Inner freedom, suffering, Edith Eger, Viktor Frankl.

Edith en Auschwitz

En su obra autobiográfica The Choice, Edith Eva Eger (Kosice, Checoslovaquia, 1927) cuenta cómo en fue deportada con su familia al campo de concentración y exterminio de Auschwitz, después de haber estado confinada en el ghetto de su ciudad natal, en 1944 (Eger, 2017).

El día que llegaron al campo, la separación inmediata de hombres y mujeres hizo que no volvieran a ver a su padre. El filtro sucesivo, entre quienes iban a ser internadas y quienes serían conducidas directamente a las cámaras de gas, era aplicado escrupulosamente por Josef Mengele (1911-1979), el "ángel de la muerte". Edith y su hermana Magda acompañaban a su madre, a la cual fue ordenada a situarse en la fila de las mayores de cuarenta años. Edith la siguió instintivamente, pero Mengele la tomó por el brazo y le susurró al oído que no se preocupara, que pronto volvería a verla. Una de las guardias le dio a entender un poco más tarde que su madre había sido enviada directamente a las cámaras de gas.

Edith y Magda estuvieron internadas ahí hasta la primavera del año siguiente, cuando las autoridades alemanas decidieron vaciar los campos de concentración de los territorios más periféricos del Reich hacia zonas donde el régimen nazi mantenía todavía un cierto control de la situación, obligando a los reclusos a emprender las tristemente célebres "marchas de la muerte".

La misma noche de la llegada de las Eger a Auschwitz, Mengele realizó otra de sus rutinas de selección, esta vez a la caza de talentos artísticos. Algunas de las chicas señalaron a Edith, pues sabían que era una destacada bailarina y gimnasta. No tardó en llegar la orden: —"Baila, pequeña bailarina".

La orquesta empezó con los acordes de "El lago de los cisnes", pieza con la que se había entrenado Edith en numerosas ocasiones. A pesar del miedo que sentía, la joven entró dentro de sí y revivió su rutina, al parecer al gusto del médico de la muerte. Asimiló esa experiencia como la necesidad de bailar por su vida, es decir, de

estar siempre atenta al aprovechamiento de todos sus recursos para mantenerse a flote y ayudar a su hermana. Siempre podría escoger entre abandonarse e intentar algo para salir adelante, lo que fuera, por novedoso o absurdo que pareciera.

Eger cuenta que en ese momento el impulso para sobreponerse a la situación surgió de una máxima de su maestro de baile que hasta ese momento había carecido de sentido: «los momentos de gozo extremo (éxtasis) en tu vida vendrán desde dentro» (Eger 2017, cáp. 3). Edith afirma que esa iluminación sobre el significado de la sentencia se convirtió en una de sus anclajes para luchar por su vida. Otra de las frases maternas que la acompañó en ese periodo sonaba así: «pueden privarte de casi todo, excepto de lo que has labrado en tu cabeza» (Eger, 2017, cáp. 2).

Tales sentencias ejercitaron un influjo determinante en la batalla por la supervivencia en los meses siguientes para las dos hermanas. La experiencia de esa libertad interior fue uno de los pocos recursos —si no es que el único— que tuvieron Magda y Edith para sobrevivir al infierno del campo de concentración y a las interminables caminatas en la primavera del año siguiente.

Caminando hacia la nada

Mayo de 1945. Edith no ha cumplido los 18 años. Yace, cerca de su hermana Magda, en el campo de Gunskirchen, entre cuerpos de desconocidos, todos formando una pila, algunos ya inertes. Otros, como ella, apenas respiran. Los últimos días han sido una navegación entre alucinaciones donde se mezclan imágenes de la infancia y el sufrimiento de los dos últimos años. Después de siete meses en Auschwitz, y semanas de caminatas forzadas, éste parece ser el desenlace de su marcha de la muerte. Edith ha llegado hasta ahí ayudada por otras reclusas, que la han llevado a cuestas en algunos tramos porque su espalda rota le impedía caminar. Es consciente de que no puede dar un paso más: no hay más música a la que su cuerpo pueda responder.

Sin embargo, en esos momentos se materializan los vehículos militares estadounidenses, donde algunos soldados cantan *When the saints go marching in*... es real, ¡han llegado!

Los militares entran y preguntan a gritos, en alemán, si hay alguien vivo, mientras exploran sumariamente el montón de cuerpos exánimes. Las dos hermanas carecen de la fuerza suficiente para comunicarse con los hombres que pasan a su lado. Los soldados hablan entre ellos en su lengua y hacen por marcharse. Parece que el *ritornello* de los verdugos de todos esos meses —"nunca saldrás viva de aquí"— está por confirmarse.

Una luz llama la atención de los soldados que ya se alejaban. Reaccionan y regresan: el brillo de una lata de sardinas que Magda no ha conseguido abrir les ha llamado la atención. Edith arracima las pocas fuerzas que le quedan e imagina que puede bailar de nuevo, esta vez en pareja con su potencial salvador. Con los ojos cerrados, algo estimula la vida en su

mano, ¿consiguió moverla? No importa, ahora la sensación viene del soldado que estrecha su mano mientras le pone en ella unos "garbanzos de colores" y le ayuda a llevárselos a la boca: el dulzor de los M&Ms —los "garbanzos"— es el sabor de la realidad y de una primera nota de redención. El soldado la levanta después de hacer espacio entre los cadáveres y la coloca un poco más allá. Edith no consigue ni siquiera comunicar su agradecimiento ni preguntar por su hermana. Un momento después, Magda está ahí junto a ella. Lo han conseguido, las dos. Están vivas y son libres.

La posguerra no fue fácil, y pocos años después, ya casada, Edith, su marido y su primera hija emigraron a Estados Unidos. Durante años, el disciplinado uso de sus cualidades le permitió a la ex atleta y bailarina forjar una familia estable y obtener una sólida formación académica. A pesar de sus logros, innegables y hasta cierto punto admirables, Edith no había conseguido purgar su ánimo de los horrores de Auschwitz. Según lo formularía tras largos años de asimilación, la catarsis que esperaba dependía de la superación de varios límites que se había impuesto a sí misma en el reconocimiento y expresión de sus pasados sufrimientos. «La peor prisión —escribirá años más tarde— es la que construí para mí misma» (Eger, 2017, cáps. 15 y 23). Esta reclusión autoimpuesta es como el espejo con el que Eger rememora numerosos episodios de su vida, así como casos de sus pacientes. Se trata de los condicionamientos con los que tratamos de defendernos de traumas de distinto tipo, como ya afirma Zimbardo en la *Introducción* al libro (Eger, 2017).

Dolor y sufrimiento

El sufrimiento es una de esas nociones límite, que todos conocemos y que al mismo se evade ante nuestros esfuerzos por encuadrarla. Por eso me valgo de una cláusula metodológica aristotélica que ayuda cuando no se está en condiciones de dar una respuesta completa a una cuestión: al plantear la definición de las discusiones éticas, puede ser suficiente una descripción genérica del tema de reflexión, para obtener algunas conclusiones también generales, pero con miras prácticas concretas (Aristóteles, 1984; Lewis, 2012).

No por genérica la respuesta ha de ser menos resolutiva, y por un sentido de honestidad intelectual: hay preguntas que no se pueden considerar "desde el sofá", pues tocan fibras profundas de la persona, remiten a lo que es bueno y recomendable, y en estos temas la mera especulación resulta estéril: no se estudia la ética para saber qué es el bien, sino para ser buenos (Aristóteles, 1984), o al menos para intentar serlo.

Con el término *dolor* solemos referirnos al sufrimiento físico, el cual puede identificarse como una sensación negativa, es decir, como algo que impide el normal y placentero desarrollo de la vida. Se trata de la percepción de un obstáculo al propio crecimiento y bienestar (Sanguineti, 2017), y que normalmente sirve como alarma o despertador para buscar una solución al malestar. C. S. Lewis interpretaba esta alarma natural como "el megáfono de Dios" para

subrayar el sentido también sobrenatural del sufrimiento (Lewis, 2012).

Esto supone que el desarrollo normal es deleitable, o que muchas de sus manifestaciones son placenteras. Lo primario es lo agradable, entendido como un bien y como la sensación que acompaña al crecimiento. Lo que se percibe como obstáculo, incomodidad o daño, se entiende como una privación de algo que corresponde al ritmo normal de la propia actividad. Malestar, dolor y cansancio son sensaciones propias de un organismo frustrado. El dolor es la dimensión sensible del mal.

El sufrimiento abarca también otras dimensiones, como la tristeza, el ansia, la soledad, que inciden en otras capacidades. Además de las bases afectivas están también las cognitivas: no entender algo puede llenar de frustración, y evidentemente no es lo mismo no comprender una fórmula matemática que no entender los motivos por los que un malhechor daña a los demás.

Hay por otra parte situaciones de sufrimiento profundo que afectan a distintas dimensiones de nuestra interioridad, como la humillación o el desprecio. En estos sufrimientos morales se conoce una situación —ser juzgada negativa e injustamente— y se sufren consecuencias más o menos graves: privaciones, castigos, discriminaciones.

En los campos de concentración, la combinación de malestar físico y sufrimiento moral se acrecientan por la falta de justificación del contexto: la frustración y la impotencia que se dan en tantos otros casos, en estas situaciones ven realzada su incomprensibilidad y su carácter anómalo: el sufrimiento perturba, desordena, obstaculiza las actividades: ¿por qué tiene que *existir*? ¿Qué sentido tiene romper el dinamismo del crecimiento? ¿Es compatible una *vida buena* en un contexto de dolor agudo y obturador? ¿Cómo se explica la creación de campos de sufrimiento extremo?

Un incómodo e inseparable compañero de viaje

Las preguntas planteadas sobre el sinsentido del sufrimiento, especialmente cuando es agudo y permanente, no tienen respuestas unívocas, a no ser que se acepte la Revelación judeocristiana sobre el origen de las cosas: el desorden depende de eventos particulares, es decir, del uso equivocado de la libertad humana. ¿Por qué existe, si podría no haber existido? ¿Cómo es posible que una falta personal, el llamado pecado original, tenga consecuencias cósmicas?

La "solución" tiene una lógica que tampoco estamos en condiciones de entender plenamente: Dios mismo se involucra en la reparación del daño. Un Dios que se presenta también como humano. Un Dios que se encarna, sufre y muere para colmar una deuda de dimensiones inconcebibles.

Asimilar las consecuencias de un Dios que sufre por nosotros requiere la aceptación de toda una visión del mundo y el esfuerzo personal por convertirlas en algo operativo, pues una parte de ese mensaje

es acoger de buen grado el sufrimiento (Benedicto XVI, 2005). Por otro lado, la respuesta no puede ser genérica o *standard*, pues el dolor es de cada quién, y por ende la respuesta es personal, aunque se puedan compartir muchos elementos de cada situación dolorosa. El carácter irrenunciablemente personal de la actitud ante el sufrimiento vale tanto para el creyente cristiano como para cualquier otra persona. Ya sea que se trate de la resiliencia puramente psicológica como capacidad de soportar y retornar a la normalidad, como de la aceptación generosa dentro de la perspectiva cristiana se basan en las actitudes de fondo de cada persona.

Congeniar con la frustración

Hay realidades que nos exigen *confrontarnos* con ellas, no solamente compararlas o cotejarlas. El término confrontación ha adquirido un matiz de hostilidad y oposición. Han caído en desuso los sentidos asociados a "ponerse frente a algo", emparentados con *congeniar*; *encontrarse para simpatizar* y *convenir con lo otro* o *con la otra persona* (RAE, s.f.). Aquí procuraré mantener esta orientación de tipo dialógico, tanto para las situaciones en general como a las relaciones interpersonales.

En una de sus largas discusiones con el pensamiento existencialista del siglo pasado, Leonardo Polo (2009) insistía en que nuestro *estar entre* las cosas materiales no puede carecer de sentido objetivo. Si no hay un significado que encontrar en el tejido de la realidad, la determinación de lo valioso es puramente subjetivo, y solamente el poder de un *ultrahombre* nietzscheano podría realizarlo, pero en el fondo tampoco la tarea de este ser prodigioso sería justificable: el absurdo no se supera con la fuerza. Es más provechoso aceptar nuestra testarudez por encontrar un *logos* en las cosas y las situaciones, que empeñarse en inventar su sentido en cada generación.

Por eso es imprescindible rescatar la confrontación como búsqueda de una relación constructiva con lo otro, con lo que no puedo escoger y sin embargo está ahí, ofreciéndome, sí, oposición, pero también oportunidades.

Intenciones y relaciones

En esta línea, la psicología del desarrollo presenta coincidencias notables. Numerosos estudios experimentales han confirmado la aparición de la *consciencia de lo otro* como un evento perfectamente natural en el proceso ontogénico, es decir, de maduración del individuo. Esto significa que una etapa fundamental del crecimiento psicológico es la captación de los entes externos a la mente como realidades autónomas con respecto al propio conocimiento: *son*, independientemente de mí y de que yo los conozca.

El conocimiento pasa sucesivamente a identificar la *intencionalidad propia* —mis objetivos—, más tarde la *intencionalidad por pares* —el objetivo que compartimos tú y yo— y la *intencionalidad comunitaria*. Estas sucesivas comprensiones de los objetivos suponen relacionar las abstracciones e inferencias simples secuencialmente

(en perspectiva), para llegar a nociones abstractas *objetivas* y *razonables* que están en la base de la organización social.

Cada una de las tres etapas —lo que *yo* quiero, lo que *tú y yo* queremos, lo que queremos *comunitariamente*— se corresponde con un nivel distinto de *autocontrol* (a nivel personal, social y de normativa abstracta), y de *habilidades colaborativas*: ayudar y compartir uno a uno; reconocimiento del compromiso con otra persona y sentido de la justicia; finalmente, una moralidad social, con sentido de responsabilidad traducido en normas generales. Se trata de las fases identificadas por Michael Tomasello (2019).

Tabla 1.
Etapas de la madurez de la moralidad

Quién quiere	Dimensión del autocontrol	Habilidades colaborativas
Yo	personal	ayudar, compartir
Tú y yo	social	compromiso mutuo: sentido de la justicia
Nosotros (comunidad)	normativa abstracta	moralidad social: elaboración y aplicación de normas generales

Fuente: Tomasello (2019, p. 22)

En esta explicación ontogénica se pone de relieve que a los distintos momentos cognoscitivos corresponden simétricamente momentos de voluntariedad: uno aprende a frenarse y a renunciar a una ventaja porque reconoce que hay otros sujetos implicados que pueden tener el mismo interés. Es decir, me doy cuenta de la paridad de mis intenciones con respecto a las de otros, y por eso *me detengo* para considerar cómo gestionar la relación con la cosa deseada y con mi compañero de viaje. Estos *hiatos* en la actividad, la capacidad de *pararse a considerar* es típicamente humana y resulta indispensable para la convivencia (Polo & Llano, 2019).

Esta capacidad de distanciarse es fundamental también en la gestión del sufrimiento, como se verá más adelante.

Una sindéresis proactiva

En las entretelas de la aceptación de una realidad compleja descubrimos naturalmente la justicia y la responsabilidad. En ese encuentro continuado hay siempre una respuesta, que puede ser mejor o peor.

La calidad de esa respuesta tiene que ver con la noción clásica de verdad, o sea, con la adecuación entre lo que pensamos y lo que se nos presenta, sólo que en el dinamismo ontogénico esto se descubre

en la interacción con los objetos y con los otros agentes: el entrelazamiento de relaciones hace que las actividades se puedan reconocer como más o menos adecuadas, sin que esto implique que tengan que ser siempre las mismas o que no sean completamente independientes de la personalidad de cada quien.

Por eso resulta coherente la reformulación que hace Leonardo Polo de la *sindéresis* como principio del actuar humano, o sea, "haz el bien y evita el mal". Polo realiza la *corrección* que requiere la mayoría de las prohibiciones que conducen al bien, enfocándose en la primera parte del principio: *haz el bien*. Lo más importante es lo que se puede hacer, desarrollar la iniciativa, no evitar lo que no conviene. Estamos hechos más para realizar el bien, que para no hacer el mal. Por eso su propuesta suena así:

> 'haz el bien, actúa'; actúa todo lo que puedas y mejora tu actuación. El mal, ya se sabe, está prohibido. Evitar el mal es un no, pero la negación no es lo primero en la moral. El conocimiento moral de principios impulsa, ratifica que el hombre debe tener iniciativa. (Polo, 2018, p. 280)

Más que de una imposición se trata de ampliar la propia libertad, persiguiendo el bien, llevándolo a cabo, sin retraerse, venciendo la pereza. Cabe suponer que esta tarea no es momentánea, pues está sujeta, como afirma Polo:

> a la actitud de la persona ante la larga tarea que es vivir, ante el proyecto humano que es desarrollar su existir incrementando lo real. Lánzate a la vida, aporta, pon de tu parte, no te quedes corto. Este es el gran principio. (Polo, 2018, p. 280)

Y concluye respondiendo negativamente a la cuestión de si se trata de una regla moral: se trata más bien de la relación que establezco con cualquier norma moral, que «no es una instancia obligatoria que se yerga ante mí solitaria como un reclamado cumplimiento forzado» (Polo, 2018, p. 280).

La obligación formal y la constricción influyen accidentalmente en el desarrollo de las virtudes. Lo más importante es potenciar el dinamismo interior que lleva a incorporarlas en libertad, teniendo como fin la bondad de las acciones (Polo, 2018, p. 280).

Don y misión. Libertad interior

Las ideas sobre el carácter natural de nuestras actitudes a reconocer la realidad y una especie de compromiso con ella, corroboradas por la psicología contemporánea, casan perfectamente con esta visión renovada de la sindéresis. Nos descubrimos a nosotros mismos respondiendo a las exigencias de nuestra red relacional, y vamos comprendiendo que algunas reacciones son más constructivas que otras.

Lo que está más allá de nosotros nos interpela, y como estamos hechas o hechos para contestar, la relación en la que se nos exige enriquecer ese entramado es un compromiso moral: tenemos que plantearnos qué hacer con esa invitación.

Desde una perspectiva aristotélica, esa contestación debe basarse en la *recta razón*, que va madurando con la experiencia. La respuesta a la llamada de la realidad es una muestra de la *autodeterminación*, pues aunque haya constricciones y condicionamientos, lo que más cuenta es la convicción del sujeto que se autodetermina.

Ahora vale la pena retomar algunas sugerencias contenidas en las líneas iniciales de este trabajo. Lo que a nivel antropológico reconocemos en sus manifestaciones más elementales, como la colaboración entre los niños, y que hemos conectado con la sindéresis en términos de iniciativa, puede entenderse como la *donación* de sí.

No parece razonable que esa capacidad y exigencia de entrega deba ser siempre la inmolación total e inmediata. El mismo Jesucristo, ejemplo de entrega extrema, sugiere y encarga muy distintas tareas que sólo se entienden en una vida prolongada. Aquí se ponen en juego el mensaje cristiano y la recta razón del Estagirita: cada una y cada uno debe discernir cómo administrar sus capacidades para responder del mejor modo posible a ese llamado de la realidad, desarrollar una vida plena.

La cuestión del *sentido* ya no implica solamente el reconocimiento del objeto externo, sino la *dirección* que uno quiere dar a su vida, relacionándose cada vez más profundamente con aquello que le circunda y con la normativa que le sugiere el funcionamiento mismo de esa realidad circunstante (Abbà, 2018). Cada quien tiene una dotación natural propia y un conjunto peculiar de circunstancias y estímulos. Cada quien tiene que encontrar un sentido global a su vida, o sea, entenderla como una totalidad significativa (Taylor, 1989).

La individualidad se va constituyendo en esas interacciones, y es importante que la persona pueda transformar las preguntas sobre el deber y la responsabilidad en términos de primera persona del singular. Es decir, plantearse con profundidad qué es lo que realmente constituye el orden de una vida buena para empeñarse en ello (Abbà, 1995), es decir, la posición de quien se plantea cómo debe ser su vida (Annas, 1993); dicho de manera más incisiva, "¿qué tipo de persona quiero ser?" o en qué persona quiero transformarme (MacIntyre, 1992, 1999; Spaemann, 1989). La libertad se puede ver así como algo mucho más radical que la capacidad de elección entre A o B y la autodeterminación aristotélica se amplía desde la administración de bienes y relaciones a una orientación fundamental de la propia existencia, que se va cimentando en las innumerables decisiones diarias.

Si el ámbito de este discurso fuera el meramente teológico, habría que dar un mínimo de espacio a otras cuestiones capitales: el sentido de la providencia, de la gracia o asistencia divina, y también al refuerzo de la llamada a responder a las exigencias de la vida cuando se cree que esa realidad externa ha sido creada por el mismo que nos encarga manejarla del mejor modo posible.

Nos ayudarán en cambio las reflexiones de Edith Eger sobre el papel del sufrimiento. La gimnasta y bailarina, más adelante psicóloga, hubo de asumir, como tantos otros seres humanos, unos padecimientos terribles. Lo más arduo para quien padece o ha padecido penas injustas es traducirlos en términos de *misión*, de una tarea que me toca a cada una realizar y a nadie más, si se quiere aceptarla.

El regalo de Edith y la capacidad de acogerlo

En la tradición aristotélica la vida se considera un bien, es más, se lo considera el bien fundamental de los vivientes, pues sin ella todo lo demás carece de sustento (Abbà, 2018). Los seres humanos pueden aprovechar ese bien y vivirlo con belleza, no solo con corrección. Eso es lo más digno que cabe hacer. Con la Revelación judeocristiana este bien se entiende como otorgado por Dios, es un regalo.

En sectores importantes de la psicología contemporánea se ha retomado esa noción a un nivel puramente humano, y la mayoría de las veces de modo perfectamente armonizable con el mensaje revelado. Va más allá del objetivo de este trabajo indagar cuánto se pueda acercar una versión secularizada del don de la vida a la noción de vida como don de Dios, o hasta qué punto sea usado de contrabando. Simplemente me limito a afirmar que lo considero muy enriquecedor para la psicología.

Eger lo explica del siguiente modo:

> La vida —incluso con sus inevitables traumas, dolor, pena, miseria y muerte— es un regalo. Un regalo que saboteamos cuando nos encerramos en nuestros miedos al castigo, al fracaso y al abandono; en nuestra necesidad de aprobación; en la vergüenza y la culpa; en la superioridad y la inferioridad; en nuestra necesidad de poder y control. Celebrar el don de la vida es encontrar el don en todo lo que sucede, incluso en las situaciones difíciles, en las que no estamos seguros de poder sobrevivir. Celebrar la vida y punto. Vivir con alegría, amor y pasión. (Eger, 2020)

El centro de la cuestión es "decir que sí a la vida, a pesar de todo", según el título de varias de las ediciones de la obra más famosa de Viktor Frankl[1].

Come he afirmado más arriba, resulta evidente que no es fácil encarnar esta idea, o que por mucho que se intente difundirla, cada persona la asimilará con una profundidad y convicción distintas, o incluso se negará a aceptarla. Es más, hay que contar con las condiciones de cada persona para asimilar la miseria, y los distintos tipos de sufrimiento.

Eger y Frankl se han preguntado una y otra vez por los componentes del carácter que hacen germinar la ya citada resiliencia, es decir, la capacidad para soportar y asimilar el estrés. Frankl da pistas concretas sobre esto en sus escritos. Por un lado, transforma en un cimiento de su propuesta la sentencia nietzscheana "quien tiene un por qué puede soportar cualquier cómo"[2], y cuenta distintas reacciones de las que los mismos presos se sorprendían de sus propias reacciones, como el gozo al contemplar la belleza de

una puesta de sol, que los llevaba a invitar a otros a compartirla (Frankl, 1991). Pero eso no basta: es necesario un soporte para las mejores aspiraciones, como el sólido entramado que se genera gracias a la disciplina que exigen los proyectos más valiosos. El laborío de las potencialidades humanas para llevar a cabo planes constructivos genera una personalidad más consistente, a través de las virtudes. Este carácter firme permite estar por encima de las condiciones adversas y así seguir adelante, o valorar los placeres más elevados del espíritu.

Frankl resume la situación paradójica y contrastante que se daba en aquel estado de "primitivismo físico y mental imperantes a la fuerza", en el que cabía el desarrollo de una profunda vida espiritual. Las personas sensibles acostumbradas a una rica vida intelectual padecían intensamente las pruebas físicas, pues su constitución a menudo era endeble,

> pero el daño causado a su ser íntimo fue menor: eran capaces de aislarse del terrible entorno retrotrayéndose a una vida de riqueza interior y libertad espiritual. Sólo de esta forma puede uno explicarse la paradoja aparente de que algunos prisioneros, a menudo los menos fornidos, parecían soportar mejor la vida del campo que los de naturaleza más robusta. (Frankl, 1991, p. 44)

Se trata de caracteres que dependen mucho menos de las condiciones externas que de sus propios recursos. Eger y Frankl narran casos muy semejantes de esperanza ilusoria de ser liberados en fechas concretas, como la Navidad, que sostenía a los interesados en esos momentos difíciles. Al no verificarse el evento esperado, la persona se vaciaba de energía y ganas de vivir, para fallecer poco tiempo después (Eger, 2017; Frankl, 1991).

Entre las ideas que Frankl desarrollaría más adelante tiene un lugar central la elección, que también está en el centro de las reflexiones de Eger. Es decir, que somos capaces de escoger cómo afrontar los distintos momentos de nuestra vida. Decir que sí —"a pesar de todo"— es un acto de la voluntad, pero de una voluntad que cuenta con los fundamentos generados por el ejercicio cotidiano.

Nos jugamos mucho en el modo de conectar lo que nos ocurre —sobre todo cuando esto en buena medida no ha dependido de nosotros— con la misión personal y el sentido de responsabilidad.

Edith Eger descubrió una potente luz cuando venció su reticencia a leer el libro de Frankl en 1966. El psiquiatra vienés daba nueva vida a la sentencia materna que afirmaba la intangibilidad de "lo que llevamos dentro", la idea de que al ser humano se le puede arrebatar todo, excepto la capacidad de elegir la propia actitud en cualquier circunstancia. Redescubrir que podía *escoger* su propia vía, iba a cambiar su manera de ver las páginas más oscuras de su pasado. Eger resume así el impacto que le produjo esa primera lectura —toda de un tirón en una noche— del texto de Frankl:

> Cada momento es una elección. Por frustrante, aburrida, restrictiva, dolorosa u opresiva que sea nuestra experiencia, siempre podemos elegir cómo responder. Y por fin empiezo a entender que yo también puedo elegir. (Eger, 2017, p. 202)

Más adelante elaboró unas consideraciones sobre el reforzamiento de la personalidad que se armonizan con las conclusiones de Frankl. La aterradora prueba de satisfacer la curiosidad de Mengele por verla bailar, sin saber qué iba a ocurrirle en esa jornada del arribo al campo de concentración. Esa noche, escribe,

> me enseñó una lección vital que ha mejorado y fortalecido mi vida desde entonces. Las peores circunstancias me dieron la oportunidad de descubrir los recursos internos que me ayudaron una y otra vez a sobrevivir. Mis años de introspección, de estar sola y trabajar duro como estudiante de ballet y gimnasta, me ayudaron a sobrevivir al infierno; y el infierno me enseñó a seguir bailando por mi vida. (Eger, 2020, Concl.)

Esa plataforma de supervivencia no había bastado en los años siguientes para asimilar toda la experiencia de la guerra. Sobre esa base había que seguir construyendo nuevas afirmaciones y elecciones para asimilar de otra manera el dolor aparentemente superado. Plantearse seriamente una revisitación de su profundo contacto con el sufrimiento que le permitiera romper con ciertos temores que lastraban aspectos importantes de su vida.

Una etapa importante en ese camino de superación fue la visita a lo que quedaba de la barraca donde había estado internada con su hermana Magda y otra docena de chicas. Ese momento fue la culminación de un proceso da aceptación de lo que había ocurrido y de dejar de darle vueltas a lo que podría haber sucedido, pensando que la elección más importante no era la que había hecho en esos momentos de hambre y terror, acosadas por guardias y roídas por la incertidumbre, sino la de aceptarse en ese momento humana e imperfecta, la elección de ser responsable de su propia felicidad y de funcionar tan bien como pudiera (Eger, 2017, cáp. 19).

Esa aceptación cobra todo su sentido cuando se liga a un destino común de servicio. Edith lo entendió así, en continuidad con su proyecto de vida. Se trataba de la elección de comprometerse

> a servir a los demás, de hacer todo lo que esté en mi mano para honrar a mis padres, para asegurarme de que no murieron en vano. Hacer lo mejor que pueda, en mi limitada capacidad, para que las generaciones futuras no experimenten lo que yo viví. [...] Puedo tomar la decisión que todos podemos tomar. Nunca podré cambiar el pasado. Pero hay una vida que puedo salvar: Es la mía. La que estoy viviendo ahora mismo, este precioso momento. (Eger, 2017, cáp. 19)

El cometido de servicio es siempre actual y no depende de situaciones límite.

A modo de síntesis

Vivir la sindéresis con sentido proactivo, es decir, como una urgencia por desarrollar la propia iniciativa, pasa por la cimentación de una vida disciplinada. La disciplina que informa las actitudes más complejas y elevadas tiene su base en algunas de las más simples, como el ejercicio del orden en las actividades cotidianas, como insiste Jordan Peterson (2018, *rule* 6).

La libertad interior implica descifrar la propia misión en la vida, y eso significa perfilar la propia identidad. Moldear el propio perfil humano depende de nuestra capacidad de asimilar un compromiso con todos aquellos que han hecho posible que estemos aquí y ahora. No cabe esperar la ocasión oportuna. La oportunidad de ejercitar nuestra creatividad interior es hoy. Transformar en actitudes operativas las sugerencias con una carga emocional importante, como los vividos y descritos por Frankl y Eger no es inmediato, pues hacer fructificar lo que inspira momentáneamente requiere un esfuerzo continuado durante toda la vida.

Financiamiento

La presente investigación fue autofinanciada.

Conflictos de interés

El autor declara que no tiene conflictos de interés.

Notas

1 *trotzdem Ja zum Leben sagen*, 1946. Sobre el origen de la frase y cómo la usó Frankl en la publicación de sus escritos, véanse las descripciones de los volúmenes de sus *Obras completas* (*Gesammelte Werke*) en www.viktorfrankl.org/books_by_vf.html#German

2 Frankl toma la primera parte del aforismo 12 de la primera parte de *El ocaso de los ídolos*, de Nietzsche.

Referencias

Abbà, G. (1995). *Felicità, vita buona e virtù: Saggio di filosofia morale* (2a ed.). LAS.

Abbà, G. (1996). *Quale impostazione per la filosofia morale?* LAS.

Abbà, G. (2018). *Le virtù per la felicità.* LAS.

Annas, J. (1993). *The morality of happiness*. Oxford University Press.

Aristóteles (1984). *Ética nicomaquea*. En J. Barnes (Ed.), *The complete works of Aristotle. The revised Oxford translation*. Princeton University Press.

Benedicto XVI (2005). *Deus caritas est*. LEV.

Eger, E. E. (2017). *The choice*. [edición eBook]. Simon and Schuster, Inc.

Eger, E. E. (2020). *The gift: 12 lessons to save your life*. [edición eBook]. Simon and Schuster, Inc.

Frankl, V. E. (1991). *El hombre en busca de sentido*. Herder.

Frankl, V. E. (2024). *Gesammelte Werke*. www.viktorfrankl.org/books_by_vf.html#German.

Lewis, C. S. (2012). *The problem of pain*. Harper Collins.

MacIntyre, A. (1992). *After virtue: A study in moral theory* (3a. ed.). University of Notre Dame Press.

MacIntyre, A. (1999). *Dependent rational animals: Why human beings need the virtues*. Open Court.

Peterson, J. (2019). *12 Rules for life: An antidote for chaos*. Random House.

Polo, L. (2009). *Curso de psicología general: lo psíquico, la psicología como ciencia, la índole de las operaciones del viviente*. EUNSA.

Polo, L. (2016). *Antropología trascendental*, en *Obras completas*, Serie A, v. XV. EUNSA.

Polo, L. (2018). *Ética*, en *Obras completas*, Serie A, v. XI. EUNSA.

Polo, L. & Llano, C. (2019). *Antropología de la acción directiva*, en *Obras completas,* Serie A, v. XVIII. EUNSA.

RAE. Confrontar (s.f.). Real Academia Española. https://dle.rae.es/confrontar

Sahagún Kunhardt, P. I. (2023). *Operari sequitor co-esse: la cooperación como esencia de la persona según Michael Tomasello y Leonardo Polo*. [Tesis doctoral]. Pontificia Università della Santa Croce, Roma, Italia.

Sanguineti, J. J. (2024). Dolor. En F. Fernández Labastida & J. A. Mercado (Eds.), *Philosophica: Enciclopedia filosófica on line*. https://doi.org/10.17421/2035_8326_2017_JJS_1-1

Spaemann, R. (1989). *Glück und Wohlwollen: Versuch über Ethik*. Klett-Cotta.

Taylor, Ch. (1989). *Sources of the self: The making of the modern identity*. Harvard University Press.

Tomasello, M. (2019). *Becoming human: A theory of ontogeny*. Belknap Press-Harvard University Press.

Recibido: 26 de abril de 2024
Revisado: 30 de julio de 2024
Aceptado: 10 de octubre de 2024