

Redactor: *Emanuela Jalbă-Șoimaru*  
Corector: *Viorica Dumitrenco*  
Tehnoredactor: *Rodica Boacă*  
Copertă: *Dorin Dumitrescu*

Titlul original: *Man's Search for Meaning*  
Copyright © 1984 Viktor E. Frankl  
Published by arrangement with the Estate of Viktor E. Frankl

© 2009, reeditare 2012 Toate drepturile asupra acestei ediții  
sunt rezervate editurii METEOR PRESS

Contact: C.P. 41-128  
Tel.: 021.222.33.12  
E-mail: editura@meteorpress.ro

Distribuție la:  
Tel./Fax: 021.222.33.12  
E-mail: carte@meteorpress.ro  
www.meteorpress.ro

**Descrierea CIP a Bibliotecii Naționale a României**  
**FRANKL, VIKTOR EMIL**

**Omul în căutarea sensului vieții** / Viktor E. Frankl ;  
trad.: Silvian Guranda. - București : Meteor Press, 2009  
Bibliogr.  
ISBN 978-973-728-368-9

I. Guranda, Silvian (trad.)

821.112.2(436)-94=135.1  
616.89(0:82-94)

---

## **Cuprins**

Prefață de Gordon W. Allport .....	7
Prefață la ediția din 1984 .....	13
<b>Partea întâi</b> .....	17
Experiențe din lagărul de concentrare .....	17
<b>Partea a doua</b> .....	107
Logoterapia pe scurt .....	107
<b>Postfață din 1984</b> .....	149
Pledoarie pentru optimismul tragic .....	149
Cărți de Viktor E. Frankl disponibile .....	171
Despre autor .....	175

---

## **Prefață**

DR. FRANKL, PSIHIATRU ȘI SCRITOR, ÎȘI ÎNTREABĂ UNEORI PACIENȚII care suferă de o mulțime de neazuri mai mici sau mai mari: „Care este motivul pentru care nu te sinucizi?” Din răspunsul pe care i-l dau aceștia, adeseori el poate să stabilească o linie călăuzitoare pentru demersul său psihoterapeutic: în viața unuia e vorba de dragostea care îl leagă de copilul său; în viața altuia, e vorba de un talent care așteaptă să fie folosit; iar într-a altuia, poate numai de niște amintiri șterse, dar care merită a fi păstrate. A întretese izele firave ale unei vieți distruse într-o structură solidă formată din sens și responsabilitate, acesta reprezintă obiectul și provocarea *logoterapiei*, care constituie versiunea modernă și personală de *analiză existențială* a doctorului Frankl.

În cartea de față, Frankl își face cunoscută experiența care l-a condus spre descoperirea logoterapiei. Deținut, vreme îndelungată, în inumanele lagăre de concentrare, s-a descoperit a fi redus la cea mai rudimentară formă de existență. Tatăl, mama, fratele și soția sa au murit în lagăre sau au fost trimiși către camerele de gazare, așa că, excepție făcând sora lui, întreaga sa familie a pierit în lagăre.<sup>1</sup> În aceste condiții, cum ar fi putut

---

<sup>1</sup> Frankl explică în conferința *Evolution of Psychotherapy* (Anaheim, California, 1990), precum și în cartea sa autobiografică *Viktor Frankl – Recollections*, cum tatăl său, Gabriel, a murit în ghetoul de

el – cu bunurile risipite, cu toate valorile nimicite, suferind de foame, frig și din pricina violenței, așteptând de la o oră la alta să fie exterminat – să considere că viața merită a fi trăită? Un psihiatru care a înfruntat astfel de vitregii este, cu siguranță, unul pe care merită să îl ascultăm. Dacă nu el, cine altcineva ar putea privi înspre condiția umană cu înțelepciune și, totodată, cu compasiune? Cuvintele doctorului Frankl au un ton de o onestitate copleșitoare, fiindcă se întemeiază pe experiențe prea profunde pentru a fi înșelătoare. Ceea ce are el să ne comunice ne câștigă și mai mult considerația din pricina poziției sale în cadrul Facultății de Medicină de la Universitatea din Viena și, totodată, din cauza deja cunoscutelor clinici de logoterapie care continuă să apară în multe țări, realizate după modelul renumitei sale Neurological Policlinic din Viena.

Nu putem să nu comparăm abordarea sa teoretică și terapeutică cu munca predecesorului său, Sigmund Freud. În calitate de medici, amândoi sunt preocupați în primul rând de natura și tratarea nevrozelor. Freud găsește că rădăcina acestor tulburări este anxietatea datorată unor cauze conflictuale inconștiente. Frankl distinge însă mai multe forme de nevroză, unele din acestea (nevrozele noogenice) spunând că se datorează eșecului pacientului de a găsi un sens pentru propria-i existență și un sentiment de responsabilitate față de aceasta. Freud accentuează frustrarea din viața sexuală; Frankl – frustrarea „voinței de sens”. Astăzi, Europa este marcată de renunțarea la teoria lui Freud și de îmbrățișarea analizei existențiale, care îmbracă mai multe forme – școala de logoterapie fiind una dintre acestea.

---

la Theresienstadt (un soi de lagăr premergător de concentrare), cum mama sa, Elsa, a fost dusă direct, după sosirea la Auschwitz, în camera de gazare, cum fratele său, Walter, dimpreună cu familia lui au fost prinși de naziști în timp ce voiau să traverseze munții spre Italia, sfârșind în cele din urmă într-un lagăr de exterminare, și cum numai sora sa, Stella, a reușit să scape emigrând în Australia. (n.trad.)

Este caracteristic viziunii tolerante a lui Frankl faptul că nu îl respinge pe Freud, ci mai degrabă construiește generos, plecând de la contribuțiile acestuia, și că nu intră în dispută cu alte forme de analiză existențială, ci consideră salutară înrudirea cu ele.

Prezenta expunere, oricât de succintă ar părea ea, este construită în mod artistic și captivant. Mi s-a întâmplat de două ori să o parcurg dintr-o singură lectură, fără să mă pot împotrivi farmecului ei. Undeva, dincolo de mijlocul istorisirii, doctorul Frankl ne introduce în propria sa filozofie despre logoterapie. O inserează atât de fin în narațiune, încât, abia după terminarea lecturii, cititorul realizează că e vorba despre un eseu de o profunzime deosebită, iar nu despre încă o relatare frustrantă despre lagărele de concentrare.

Din acest fragment autobiografic, cititorul are multe de învățat. El învață ce face o ființă umană atunci când realizează dintr-odată că „nu mai are nimic de pierdut, în afară de această viață ridicol de despuiață”. Modul în care Frankl descrie șuvoiul de sentimente amestecate cu apatia este captivant. La început e vorba doar de o curiozitate detașată cu care privești destinul altuia. Curând însă, te prind strategiile folosite de autor pentru a-și proteja rămășițele vieții sale, deși șansele de a supraviețui sunt mici. Foamea, umilințele îndurate, teama și mânia adâncă devin suportabile însă grație imaginii persoanelor iubite, păstrată cu grijă, grație religiei, îndârjitului simț al umorului sau frumuseții vindecătoare a naturii – a unui copac sau unui apus de soare.

Totuși, aceste momente de confort psihic nu susțin voința de a trăi până ce nu îl ajută pe deținut să găsească un rost mai cuprinzător suferinței sale, aparent lipsit de sens. Acesta este punctul în care întâlnim tema centrală a existențialismului: a trăi înseamnă a suferi, iar a supraviețui înseamnă a găsi un sens în suferință. Dacă există vreun rost în viață, atunci trebuie să existe un sens și în suferință, și în moarte. Dar niciunul dintre

noi nu poate spune altuia care este rostul respectiv. Fiecare dintre noi trebuie să descopere acest lucru pentru sine însuși și trebuie să accepte responsabilitatea pe care i-o deleagă propriul răspuns. Dacă reușește, va continua să crească, în pofida tuturor umilințelor. Lui Frankl îi place să-l citeze pe Nietzsche: „Cel care are un *de ce* pentru care să trăiască poate să suporte aproape *orice*.”

În lagărul de concentrare, toate împrejurările conspiră pentru a-l face pe deținut să își piardă tăria. Toate rosturile cotidiene ale vieții îi sunt răpite. Singurul lucru care îi mai rămâne deținutului este „ultima dintre libertățile umane” – capacitatea de „a-și alege atitudinea într-un anumit set de împrejurări”. Această ultimă libertate, recunoscută de vechii stoici, dar și de existențialiștii moderni, capătă o semnificație intensă în istorisirea lui Frankl. Deținuții erau oameni de rând, dar cel puțin unii dintre aceștia, alegând să se arate „vrednici de suferințele lor”, au dat dovadă de capacitatea umană de a se ridica deasupra sortii potrivnice.

În calitate sa de psihoterapeut, autorul dorește, desigur, să știe cum pot fi ajutați oamenii să dobândească capacitatea aceea specific umană. Cum poate cineva să trezească în pacient sentimentul că el este responsabil față de viață pentru ceva anume, indiferent cât de aspre ar fi împrejurările? Frankl ne propune o istorisire emoționantă a unei ședințe terapeutice colective pe care a ținut-o cu camarazii săi deținuți.

La cererea editurii, doctorul Frankl a adăugat o expunere a tezelor fundamentale ale logoterapiei, precum și o bibliografie. Până acum<sup>2</sup>, majoritatea publicațiilor aparținând „Celei de a treia școli vieneze de psihoterapie” (predecesoarele ei fiind școala freudiană și cea adleriană) au apărut mai ales în limba

---

<sup>2</sup> Allport a prefațat ediția din care s-a făcut traducerea de față în 1984. (n.trad.)

germană, așa că cititorul va aprecia plusul de informație pe care Frankl îl adaugă la narațiunea sa.

Spre deosebire de mulți alți existențialiști, Frankl nu este nici pesimist, nici antireligios. Dimpotrivă, pentru un scriitor care a avut de-a face din plin cu omniprezența suferinței și a forțelor răului, el îmbrățișează o viziune surprinzător de plină de speranță în ceea ce privește capacitatea omului de a transcende situațiile critice și de a descoperi un adevăr călăuzitor potrivit.

Recomand din inimă această scurtă carte pentru că este un giuvaer de narațiune marcată de tensiune dramatică, care se concentrează asupra celor mai profunde probleme umane. Este meritorie atât din punct de vedere literar, cât și filozofic și oferă o introducere irezistibilă în cea mai semnificativă mișcare psihologică a zilelor noastre.

GORDON W. ALLPORT

Gordon W. Allport, fost profesor de psihologie la Universitatea Harvard, a fost unul dintre cei mai de frunte scriitori și profesori în domeniu din această parte a globului (SUA – n.trad.). Este autorul unui mare număr de lucrări de psihologie originale și a fost editorul de la *Journal of Abnormal and Social Psychology*. Grație mai ales muncii de pionierat a profesorului Allport, importanta teorie a dr. Frankl a fost introdusă și în SUA; mai mult, datorită efortului său, logoterapia se dezvoltă foarte rapid.

În clipa aceea, inima ni se opri în loc. Auschwitz – numele acela reprezenta tot ce putea fi mai înfiorător: camere de gazare, crematorii, masacre. Încet, aproape ezitând, trenul o porni din nou, ca și cum ar fi vrut să își cruțe cât mai mult cu puțință pasagerii de conștientizarea teribilei realități: Auschwitz!

Pe măsură ce se crăpa de ziuă, ne deveneau tot mai clare contururile unui lagăr urias: lungi întinderi de garduri de sârmă ghimpată dispuse pe mai multe rânduri; turnuri de supraveghere; reflectoare de căutare și lungi șiruri de oameni cu fețele neîngrijite, cenușii în cenușiul zorilor, mășăluind de-a lungul drumurilor drepte și pustii înspre o destinație despre care habar nu aveam. Uneori se auzeau strigăte sau comenzi fluierate. Nu le cunoșteam înțelesul. Închipuirea mă făcea să văd spânzurați în care se bălăngăneau oameni. Eram îngrozit, dar faptul era întrucâtva de folos, căci pas cu pas trebuia să ne obișnuim cu o imensă și îngrozitoare oroare.

În cele din urmă, am intrat în gară. Liniștea de la început fu întreruptă de comenzi strigate. De acum încolo aveam să auzim fără încetare, prin toate lagărele, glasurile acelea aspre, stridente. Aduceau cu strigătul de pe urmă al unei victime, deși cu o oarecare deosebire. Aveau o voce spartă, enervantă, ca și cum ar fi venit din gâttelejul unui om care trebuia să continue să țipe în felul acela, în timp ce era omorât, iarăși și iarăși. Ușile vagoanelor fură azvârlite în părți și un mic detașament de deținuți năvăli înăuntru. Purtau uniforme dungate, aveau capul ras, dar păreau bine hrăniți. Vorbeau în toate limbile europene posibile, într-un mod oarecum hazliu, care suna grotesc, date fiind împrejurările. Ca înecatul care se agață de un fir de iarbă, optimismul meu înnăscut (care mi-a dominat adeseori trăirile, chiar și în cele mai deznădăjduite situații) se agață de acest gând: deținuții aceștia arată destul de bine, par să se simtă bine și chiar râd. Cine știe? S-ar putea să le împărtășesc și eu soarta aceea favorabilă.



În psihiatrie există o anumită tulburare cunoscută sub numele de „*iluzia grațierii*”. Condamnatul, chiar înainte de execuția sa, trăiește cu iluzia că va fi grațiat în ultima clipă. Și noi ne-am agățat de aceste fărâme de speranță, crezând până în final că nu se poate să fie chiar atât de rău. Era o mare încurajare să vezi obraji roșii și fețele rotunde ale deținuților acelora. Habar n-aveam noi că aceștia reprezentau o elită special aleasă, îndeplinind funcția de detașament de primire a convoaielor de deținuți care se revărsau zi de zi în gară. Ei se ocupau de nou-veniți și de bagajele acestora, inclusiv de obiectele rare și de contrabanda cu bijuterii. Auschwitz era probabil un loc ciudat în această Europă a ultimilor ani de război. Poate că se găseau acolo comori fără egal, de aur și argint, platină și diamante, nu doar în magaziile acelea enorme, ci și în mâinile SS-iștilor.

O mie cinci sute de deținuți fuseserăm închiși cu toții într-o baracă construită pentru a găzdui probabil cel mult două sute de persoane. Ne era frig și foame și nu era îndeajuns loc pentru ca toată lumea să se poată ghemui pe pământul gol. O bucată de pâine de 5 uncii<sup>4</sup> era tot ce mâncasem în ultimele patru zile. Și totuși, i-am auzit pe deținuții veterani, care răspundeau de baracă, târguindu-se cu un membru al echipei de recepție a deținuților pentru un ac de cravată din platină cu diamante. Grosul câștigurilor avea să fie dat apoi la schimb pentru un șnaps de tărie. Nu-mi mai amintesc câte mii de mărci erau necesare pentru a procura cantitatea de tărie necesară pentru o „seară ca-ntr-o băieți”, dar știu bine că deținuții mai vechi chiar aveau nevoie de câte un șnaps. În acele condiții, cine i-ar

---

<sup>4</sup> Veche unitate de măsură pentru greutate, a cărei valoare a variat în decursul timpului între 28 și 35 de grame. În prezent, uncia echivalează cu 28,349 g, deci cantitatea de pâine la care se referă aici Frankl cântărea aproximativ 140 g. (n.trad.)

fi putut învinui pentru încercarea de a se droga? Mai exista încă un grup de deținuți care primea băuturi tari în cantități aproape nelimitate de la SS-iști: oamenii cu pricina deserveau camerele de gazare și crematoriile și știau foarte bine că într-o zi vor fi înlocuiți de o echipă nouă și că vor trebui să-și părească funcția impusă de călău, devenind la rândul lor victime.

Aproape toți cei din transportul nostru trăiau cu iluzia că vor fi cruțați, că totul va fi bine. Nu ne dădeam seama de logica din spatele lucrurilor care urmau să ni se întâmple în curând. Ni s-a spus să ne lăsăm bagajele în tren și să ne aranjăm pe două rânduri – femeile pe un rând, iar bărbații pe celălalt – pentru a fi trecuți în revistă de un ofițer superior SS. Îndeajuns de surprinzător, dar am avut totuși curajul să-mi ascund bocceluța sub haină. Fiecare om din rândul meu a fost trecut în revistă de ofițer. Mi-am dat seama că aș fi în pericol dacă ofițerul mi-ar descoperi bocceaua. M-ar fi snopit în bătaie, cel puțin. Știam asta din experiență. Instinctiv, la apropierea ofițerului mi-am îndreptat spatele, așa încât acesta să nu observe încărcătura mea grea. Apoi m-am trezit nas în nas cu el. Era un bărbat înalt, subțirel, ce arăta bine în uniformă lui impecabilă.<sup>5</sup> Ce contrast între el și noi, atât de neîngrijiiți și nespălați după lunga noastră călătorie! Afișase un aer de liniștită nepăsare,

---

<sup>5</sup> Frankl vorbește aici despre *Josef Mengele*, supranumit și „îngerul morții”, medic și ofițer SS în lagărul de la Auschwitz-Birkenau, unde nu numai că se ocupa de selecțiile prizonierilor, ci efectua și experimente medicale „științifice”, adeseori pe viu, pentru „a investiga și testa” capacitățile organismului uman. Nu numai că deținuților nu li se dădeau informații privitoare la consecințele acestor experimente, dar nici măcar nu li se cerea acceptul, fiind siliți să le suporte. Aceste experimente „medicale” le aduceau adeseori nefericiților „cobai umani” moartea, sau cel puțin îi desfigurau ori îi lăsau cu diverse handicapuri permanente, ca să nu mai menționăm traumele sufletești pe care aceștia erau obligați să le îndure. (n.trad.)

susținându-și cotul drept cu mâna stângă. Cu mâna dreaptă ridicată, indica tacticos cu arătătorul fie spre dreapta, fie spre stânga. Niciunul dintre noi nu avea nici cea mai mică idee despre semnificația sinistră din spatele acelei mici mișcări a degetului său, indicând când spre dreapta, când spre stânga, mai ales spre stânga.

Acum îmi venise mie rândul. Cineva mi-a șoptit că dreapta însemna a fi trimis la muncă, în timp ce stânga era pentru cei bolnavi sau inapți de muncă, care urmau să fie trimiși într-un lagăr special. Am așteptat ca lucrurile să-și urmeze cursul – era prima dintre numeroasele astfel de situații care urmau să se producă. Bocceaua mă trăgea un pic spre stânga, dar m-am străduit să stau drept. SS-istul m-a privit, a părut că ezită, apoi și-a pus mâinile pe umerii mei. Am încercat din răpuzeri să par zvelt, iar el mă întoarse de umeri, foarte încet, spre dreapta, așa că m-am îndreptat în direcția respectivă.

Semnificația jocului cu degetul ne-a fost explicată în seara aceea. Fusesse vorba de prima noastră selecție, de primul verdict dat asupra noastră – viață sau moarte. Pentru marea majoritate a celor din convoiul nostru, adică pentru aproximativ 90% dintre noi, a însemnat moartea. Sentința a și fost dusă la îndeplinire în următoarele câteva ore. Cei care fuseseră orientați spre stânga au fost duși de la gară direct la crematoriu. Cineva care lucrase acolo mi-a spus că respectiva clădire avea scris deasupra ușii cuvântul „baie” în mai multe limbi europene. La intrare, fiecărui prizonier i se înmâna o bucată de săpun, iar apoi... Din fericire nu trebuie să descriu eu ce se întâmpla acolo. S-au scris deja multe istorisiri despre aceste orori.

Noi, cei cruțați, o rămășiță din convoiul nostru, am aflat adevărul în acea seară. I-am întrebat pe deținuții care se găseau deja de ceva vreme în lagăr unde a fost dus colegul și prietenul meu P.

– A fost cumva trimis spre stânga?

- Da, i-am răspuns.
- Atunci poți să-l vezi acolo, mi s-a spus.
- Unde?

O mână a indicat spre hornul aflat la câteva sute de metri mai încolo, care arunca o coloană de flăcări spre cerul cenușiu al Poloniei, ce se pierdea într-un sinistru nor de fum.

– Acolo e prietenul tău, plutește spre ceruri, a fost răspunsul.

Totuși n-am priceput ce voia să zică până când nu mi-a spus pe șleau adevărul.

Dar m-am abătut de la subiect. Din punct de vedere psihologic, avusesem parte de un lung, lung drum, de la sosirea noastră în gară, în revărsatul zorilor, până la prima noastră noapte dormită în lagăr.

Escortați de gărzile SS, având armele încărcate, fuseserăm puși să alergăm de la gară până dincolo de rețeaua electrificată de sârmă ghimpată, prin lagăr, până la spălătorie; noi, cei care trecuserăm cu bine de prima selecție, am avut parte de o baie adevărată. Din nou, iluzia grațierii ni se confirma. SS-iștii păreau aproape fermecători. Curând am aflat și motivul. Erau amabili cu noi câtă vreme mai vedeau la încheietura mâinii noastre un ceas și ne puteau convinge cu frumusețea să li-l dăm. Oare nu urma să le cedăm, oricum, toate lucrurile personale? Așa că de ce să nu primească ceasul o persoană așa de drăguță? Poate că, într-o zi, ne va face și ea un bine.

Am așteptat o vreme într-o baracă, care părea a fi antecamera încăperii folosite pentru dezinfecție. SS-iștii și-au făcut apariția și ne-au împărțit niște pături în care trebuia să aruncăm tot ce aveam asupra noastră, ceasurile și bijuteriile. Câțiva dintre noi, mai naivi, chiar au întrebat, spre marele amuzament al deținuților veterani care se aflau acolo pe post de ajutoare, dacă n-ar putea să păstreze o verighetă de nuntă, un medalion sau un talisman. Niciunul dintre noi nu putea încă pricepe că absolut toate urmau să ne fie luate.