

VIKTOR FRANKL E O
HUMANISMO
VIKTOR FRANKL AND
HUMANISM

*José Mauricio de Carvalho (Dr.)**
*Ana Clara Silva***



Imperatriz (MA), v. 1, n. 1, p. 74-87, jul./dez. 2019

Recebido em: 03 de julho de 2019
Aprovado em: 01 de outubro de 2019

RESUMO

Neste artigo examinamos as bases antropológicas do humanismo que o psiquiatra Viktor Frankl desenvolveu e inseriu na raiz de sua psicologia. Mostramos que a noção de sentido vem das filosofias da existência, procedendo-se a um ajuste que consistiu no reconhecimento que o sentido existe em cada homem, precisando ser descoberto, e não que se tratava de algo que, por inexistir no homem, precisasse ser criado. Essa aproximação com as filosofias da existência permitiu a compreensão de angústia de forma distinta da psicanálise. Procuramos indicar que os sentidos identificados pelo psiquiatra no dia a dia apontavam para um sentido último ou super-sentido, que agrega todos os sentidos buscados ao longo da vida. Enumeramos ainda o que parecem ser os aspectos delineadores do humanismo de Frankl: o reconhecimento da capacidade humana de autotranscender, de perceber-se totalidade singular, de descobrir o sentido em si: agindo voluntariamente e responsabilmente, amando e ressignificando o sofrimento.

Palavras-chave: Humanismo. Sentido. Psicologia. Liberdade. Responsabilidade.

ABSTRACT

This article examines the anthropological foundations of humanism developed by the psychiatrist Viktor Frankl, and these are at the root of his psychology. The notion of meaning comes from the philosophies of existence, proceeding to an adjustment

* É professor titular aposentado da Universidade Federal de São João Del-Rei (UFSJ), Professor do Centro Universitário Presidente Tancredo Neves UNIPTAN/FAPEMIG, membro do Instituto de Filosofia Brasileira, do Instituto de Filosofia Luso-brasileira com sede em Lisboa, da Academia de Letras de São João del-Rei e da Academia Mantiqueira de Estudos Filosóficos. lattes.cnpq.br/0631305118814377. Orcid:0000-0002-3534-5338.
E-mail: josemauriciodecarvalho@gmail.com

** Estudante de psicologia no Centro Universitário Presidente Tancredo de Almeida Neves. Bolsista PIBIC/ UNIPTAN /FAPEMIG. lattes.cnpq.br/http://lattes.cnpq.br/0517930916954201. Orcid: 0000-0002-1602-9962. E-mail: ana.moraes@grupocacel.com.br

consisted in recognizing that significance exists in each man and needs to discover contrary to the belief that purpose was something created as it did not exist in man. To the philosophies of existence, this approach allowed the understanding of distress differently from psychoanalysis. We tried to indicate that the senses identified by the psychiatrist daily pointed to an ultimate or super sense that aggregates all the insights sought throughout life. We also list what seems to be the outlining aspects of Frankl's humanism: the recognition of the human capacity to self-transcend, the self-perception of singular totality, the discovery of meaning in itself: acting voluntarily and responsibly, loving and redefining suffering.

Keywords: Humanism. Sense. Psychology. Freedom. Responsibility.

Introdução

Quando falamos de humanismo, é importante precisar de qual falamos, pois humanismo é conceito muito amplo¹. Ordinariamente, pode-se considerar humanista qualquer pensamento que tome o homem como elemento central e pense a realidade a partir dele, herança que vem de Protágoras e que reaparece em vários autores contemporâneos, como Martin Heidegger (1962), que fez do homem o caminho do ser². Mais específica é uma forma de pensar o homem que o enxerga como totalidade, liberdade, recupera a ideia de homem vindo das letras clássicas e o tipifica como ente da natureza. Foi a visão humanista consolidada no Renascimento considerada “uma tentativa de compreendê-lo em seu mundo, que é o da natureza e o da história” (ABBAGNANO, 1982, p. 493).

Recuperar e atualizar o humanismo parece ser um dos desafios atuais. O projeto de uma sociedade pensada para um homem integral, sonhada na renascença e ainda mais a herança geral vinda de Protágoras perderam força no século XIX. Foi quando se popularizaram as teorias positivista e materialista. Naqueles dias, começou a ser demolida a ideia de que o homem se constrói no uso da liberdade responsável e que ele pode ser aquilo que conseguir fazer de si mesmo.

O humanismo renascentista afunilou aquela ideia genérica de humanismo. Bom exemplo de sua formulação foi a meditação de Pico della Mirandola (1463-1491), que reuniu a noção de racionalidade filosófica com a ideia de criatura moral de Deus. O resultado dessa síntese encontra-se na obra *A dignidade do Homem*, na qual o autor afirma

¹ No capítulo inicial de *Filosofia Clínica e humanismo* há uma exposição que contempla o humanismo como problema e propõe uma análise mais detalhada da tese geral que considera humanista (CARVALHO, 2012, p. 18): “Qualquer teoria que atribui ao homem algo de singular ou especial em relação aos demais seres. Em nosso tempo muitas escolas de pensamento assim procedem”.

² (HEIDEGGER, 1962, p. 221): “O problema do sentido do ser somente é possível se é algo que possa chamar-se compreensão do ser. A forma de compreensão do ser do ente que chamamos ser aí é inerente à compreensão do ser”.

Tu, porém, não estás coartado por amarra nenhuma. Antes, pela decisão do arbítrio, em cujas mãos te depositei há de determinar a tua complexão pessoal. Eu te coloquei no centro do mundo, a fim de poderes inspecionar [...] tudo o que existe (MIRANDOLA, 1988, p. 6).

Essa compreensão do homem foi importante porque

Mirandola lapidou a ideia de liberdade desenvolvendo aquela categoria pensada inicialmente para se referir aos integrantes da Trindade divina, para caracterizar o homem. A vida do homem está em suas mãos, dizia. A liberdade por ele apregoada indica a singularidade existencial, ou melhor, a especificidade do homem não está na pura racionalidade de Aristóteles que deixava outras criaturas, como os anjos, em melhores condições ontológicas, mas na liberdade de criar, pelas escolhas, uma vida única (CARVALHO, 2018, p. 168/9).

Foi ainda mais essa compreensão de homem racional, livre e responsável diante de Deus que se perdeu com o positivismo e materialismo no século XIX. As críticas então pareceram destruir o humanismo que foi recuperado, em outras bases, por aquelas filosofias da existência que associaram a construção do sentido com a retomada da transcendência. Isso fizeram Karl Jaspers, Martin Buber e Gabriel Marcel ou ainda a realização de uma missão vital, como propôs Ortega y Gasset³.

Esses filósofos da escola existencial ou próximos dela, esses e não outros⁴, recuperaram o humanismo que assume ser a existência humana a realização de um projeto. Isso significou considerar a vida uma abertura ao futuro em consonância com uma missão pessoal. Esse projeto alimenta a vontade de viver e estimula enfrentar os desafios da vida. Desse modo, o homem, mesmo sem sair do presente, vive com os olhos direcionados para fora e para frente. Como esse futuro que se busca depende de muitas realidades, sobre as quais a pessoa não tem controle, o dirigir-se para lá é uma jornada sem garantias e o sentido ou missão existencial é a bússola que guia nesse empreendimento.

Nesse artigo iremos mostrar como Viktor Frankl pensou o problema do sentido, levando-o para o espaço da psicologia fenomenológica, com suas ideias e

³ Como encontra-se explicado: “missão é o que o homem tem que realizar. Ortega apresenta a missão como substituto para um ideal de vida de cunho normativo como aparece na filosofia kantiana” (CARVALHO, 2002, p. 125).

⁴ Conforme sabemos: “Não é possível apresentar (na escola existencial) nem um sistema comum de axiomas, nem um método específico (comparável à dialética hegeliana) nem, finalmente, uma terminologia idêntica não contando como algumas expressões características postas em relevo por Mounier e Wall). Todavia, esses filósofos formam uma comunidade de destino. Como filhos de uma época, estão imbricados num mesmo destino e reagem a partir de uma mesma situação de perigo. Os seus problemas fundamentais são os mesmos” (HEINEMANN, F., 1979, p. 265).

posições humanistas⁵.

A análise existencial que ele criou, em que pese seja uma técnica psicoterápica, adotou procedimentos com preocupações éticas para promover a reumanização da psicoterapia. Faz isso afirmando características antropológicas que ele recupera da tradição humanista. Em função de seu estrato espiritual, o homem acolhe as questões que a vida lhe faz e se obriga a encontrar respostas para elas.

Sentido e angústia existencial na filosofia da existência

Há autores da escola existencial como Martin Heidegger, como comenta Heinemann⁶, que centraram sua investigação em mostrar que vida humana é uma jornada no tempo, um lançar-se no futuro em direção ao que ainda não é. Ele explicou que existir é uma contínua superação do momento vivido em direção ao futuro na busca de um significado. Vivemos com os olhos para a frente, orientados pelo dever, esse é o tema nuclear da grande obra de Martin Heidegger, *Ser e Tempo*⁷. O homem ainda não é, eis a sua realidade. O nada é o dado fundamental dessa Ontologia. Para Frankl, o homem de fato está à procura do sentido, mas o problema tem outra explicação diversa da que fizeram os filósofos da existência, como Sartre. Apesar da falta de certeza quanto a esse sentido, o homem o tem consigo e pode descobri-lo, caso viva autenticamente, ou sendo fiel a sua missão existencial, num sentido próximo ao formulado por Ortega y Gasset. Esse sentido fará dele um homem autêntico⁸. Trata-se, pois, de um sentido que o homem traz consigo, ainda que de forma inconsciente e que necessita ser descoberto, não sendo possível estabelecê-lo arbitrariamente ou racionalmente. O homem contemporâneo não consegue

⁵ No capítulo terceiro de Viktor Frankl e a psiquiatria (CARVALHO, 2019) denominado Humanismo e sentido na psicoterapia (p. 61-104) um dos autores esclareceu que o grande diferencial da logoterapia proposta por Frankl é a atenção dada ao problema do sentido e a outras características que o psiquiatra propõe para estabelecer uma antropologia capaz de fundar uma psicologia humanista.

⁶ (HEINEMANN, 1979, p. 264/265): “O que é a filosofia da existência? [...] Heidegger de modo algum gosta de ser filósofo da existência, mas pretende formar uma classe para si, como existencialista. [...]. Todavia, esses filósofos não formam uma comunidade. Como filhos de uma época, estão imbricados num mesmo destino e reagem a partir de uma mesma situação de perigo”.

⁷ No parágrafo 79 de *El ser y el tempo*, Heidegger (1962, p. 437/8) explica: “O ser existe como uma entidade para a qual em seu ser esse eu, vai. Presidindo essencialmente, projetou-se em seu poder estar diante de toda mera e posterior contemplação de si mesmo. Na projeção é revelado como um projeto”.

⁸ (FABRY, 1984, p. 75): “Existencialistas franceses como Sartre e Camus, creem que o homem é capaz de significados e projetá-los sobre a tela em branco da vida. A vida não tem sentido, parecem dizer, mas nós necessitamos de sentido. Portanto, precisamos criar nossos próprios sentidos [...]. A Logoterapia concebe o significado como algo oculto por detrás de uma tela, e nós devemos acender a luz para poder enxergá-lo”. Assim a diferença fica mais visível, mas a diferença fica menor se consideramos que esses existencialistas entendem que a vida não tem um sentido pronto e nisso concordam os logoterapeutas, o super-sentido, ou sentido final somente se chega às apalpadelas e sem garantia de ser encontrado.

ordinariamente vê-lo e, assim, acredita que não exista, e ele deva criá-lo, afirmou-o Sartre.

Heidegger, nos capítulos da primeira parte de *El Ser y el Tempo* (1962) explicara que, por viver na incerteza do que ainda não é, o homem experimenta uma angústia, um sentimento que é próprio dele. Posto dessa forma, centrado no caráter ontológico, a angústia heideggeriana é diferente do afeto observado descrito por Freud como retorno do calcado, pois expressa uma realidade que tipifica o existente e não tem origem num transtorno ou repressão dos desejos⁹. Assim entendeu Freud se consideramos o que escreveu no ensaio *O mal-estar da civilização*. A angústia ontológica, proposta por Heidegger, retrata o que falta ao homem, o que ele tem que ser ou que espera ser para seguir adiante numa vida própria.

Encontra-se, contudo, em Camus a mais dramática tematização existencialista do sentido, que ele entende estar na raiz de outros problemas humanos (s.d., p. 13): “Só há um problema filosófico verdadeiramente sério: é o suicídio. Julgar se a vida merece ser vivida é responder a uma questão fundamental da filosofia”. Frankl acolherá essa indagação observando que era o problema que mais preocupava a juventude no final do último século. Ele mencionou pesquisas que confirmavam isso (FRANKL, 1990, p. 17): “E vocês sabem o que estava em primeiro lugar? O suicídio. O que é porém o suicídio? Um não à questão do sentido”.

Como se indicará a seguir, essa compreensão de existência como própria de um ser em busca de sentido admitida pela maioria dos representantes da corrente está na base da psicologia de Viktor Frankl. As teses existenciais serão acolhidas por Frankl, mas não da mesma forma que fizeram os existencialistas. Ele as revisou e atualizou no espírito humanista que elaborou¹⁰.

O contexto em que Frankl reconstruiu o humanismo

Na obra *O que não está escrito nos meus livros*, Viktor Frankl comentou alguns aspectos fundamentais da sua psicologia e explicou que ela respondia ao mal daqueles dias. Ele viveu no século XX (1905-1997) e enfrentou as dificuldades de um

⁹ Em *O homem Moisés e a religião monoteísta*, Freud explica o afeto que reaparece como retorno do recalado foi associado a um conteúdo ideário qualquer que promove o reaparecimento do afeto (FREUD, 2014, p. 170): “porém, poderia ser menos conhecido o fato da influência compulsiva mais forte provir daquelas impressões que atingem a criança num dado momento em que temos que considerar o aparelho psíquico como ainda não completamente receptivo.” Quanto ao retorno do afeto reprimido com o conteúdo ideativo explica (id., p. 172): “então ele renova sua exigência, e, como o caminho para a satisfação normal lhe está bloqueado por aquilo que podemos chamar de cicatriz do recalamento, ele abre em algum lugar, num ponto fraco, outro caminho até uma chamada satisfação substitutiva, que então aparece como sintoma.”

¹⁰ (FRANKL, 2010, p. 78): “A luta contra as tendências despersonalizadoras e desumanizadoras que emanam do psicologismo na psicoterapia é realmente o fio condutor que perpassa todas as minhas obras”.

tempo de massas e desenvolveu a neurose no ogênica, como resumiu o psiquiatra: “a neurose coletiva de seu tempo” (FRANKL, 2010, p. 153). Sua teoria psicoterápica foi desenvolvida para responder às dificuldades de uma sociedade de massa angustiada pela crise de sentido, sem negligenciar os transtornos já reconhecidos pela psiquiatria e as lições dos pioneiros da psicoterapia¹¹.

A clínica inseriu o psiquiatra frente à questão do sentido, não apenas como tema teórico da filosofia existencial, uma realidade que o homem não dispõe, mas precisa construir. Para Frankl, a falta de sentido não é um problema apenas ontológico. O homem a experimenta com dor íntima porque traz em si esse sentido, ainda que de forma inconsciente. Explicou o que fazer para vencer o sofrimento de uma vida sem sentido (id., p. 75/6): “Essas são as três possibilidades de encontrar um sentido para a vida: uma ação que realizamos, uma obra que criamos [...], transfiguramos o sofrimento numa realização humana”. A importância de reconhecer o sentido ele comprovou como prisioneiro do campo de concentração, quando descobriu a necessidade de alimentar a esperança e encontrar razões amplas para viver, mesmo quando o sofrimento parece tirar todas elas. O sentido tem a ver com dar um significado amplo ao que se faz e ao que acontece para querer viver e não morrer: “Mesmo quando somos confrontados como o destino inexorável [...], mesmo então podemos descobrir um sentido na vida” (id., p. 76).

Crítica às teorias da motivação vindas da psicanálise

Uma visão humanista depende de uma antropologia que reconheça o sentido, ou que tenha dimensão de futuro, considerado aspecto fundamental da realidade humana (GARAUDY, 1966, p. 53): “Por nossos projetos o mundo adquire sentido”. Foi porque desconsideraram tal realidade que as propostas psicanalistas construíram uma limitada teoria da motivação. Frankl recusa essas teorias baseadas no princípio da homeostase em que se baseavam, explicitamente a freudiana, isto é, teorias para as quais o homem vive (FRANKL, 2015, p. 45): “Preocupado com o equilíbrio interno, o que explica a necessidade de redução das tensões”. A razão dessa crítica é que, para uma psicologia do sentido, o homem é portador de

¹¹ Como se sabe a sociedade de massas, segundo Carvalho (2019, p. 71): “elimina a singularidade existencial”, estimula o fatalismo que vem com o pensamento de impotência do homem diante do seu destino e o imediatismo significa viver apenas o momento, sem considerar a noção de projeto. Essas atitudes reforçam a construção de uma sociedade de massas, marcada pelo suicídio, drogadicção e violência.

¹² Frankl avaliou que a banalização da psicanálise ajudou a popularizar a ideia de que a abstinência sexual gera neuroses, o que trouxe a antecipação da vida sexual com o único intuito de prazer e, conseqüentemente, produziu adoecimento psíquico. Pois para ele, é o amor que amadurece, no indivíduo, uma relação sexual saudável, além de amar ser uma das formas de dar sentido à vida.

como as indicadas por Freud¹⁷, elas vêm do sofrimento que envolve problemas existenciais, indicando que a clínica psicoterápica precisa enfrentar, cada dia mais, um tipo diferente de neurose além daquelas mencionadas pela psiquiatria tradicional e os psicanalistas. Frankl (2016, p. 45) explicou: “Numa época como a atual, tanto mais urgente quanto é certo que 20% das neuroses aproximadamente são condicionadas e provocadas por aquele sentimento de ausência de sentido que eu defini como vácuo existencial”.

Para Frankl, esse *vácuo existencial* consiste na falta de referências que o indivíduo médio dispõe para enfrentar as dificuldades que a vida renova a cada dia. Sem referências para viver, o vazio cresce, mas “mesmo se todos os valores universais desaparecessem, a vida continuaria cheia de sentido, já que sentidos únicos permanecem intactos mesmo com a perda das tradições” (FRANKL, 2011, p. 83). O psiquiatra igualmente esclarece que a falta de percepção do sentido não só traz infelicidade e sofrimento íntimo, mas torna difícil a adaptação do indivíduo à vida social. Esse sofrimento tem origem na frustração do sentido e aparece sob a forma de tédio e a apatia, além de ser uma das principais causas da depressão, violência e dependência de drogas. Outros exemplos da frustração de sentido que ele menciona são a desvalorização e a desumanização do sexo, que por sua vez, enfraquecem a potência e o orgasmo, favorecendo as neuroses sexuais¹⁸.

O psiquiatra entende que, para viver, as pessoas precisam de motivação ou de encontrar um sentido para viver. Por isso, exemplifica o vazio existencial e suas consequências com sua experiência vivenciada no campo de concentração. Ali, quando as pessoas que não enxergavam mais sentido para viver desistiam de levantar da cama ou obedecer à ordem dos guardas, logo morriam. Não era preciso matá-las. Se não for muito intensa, a frustração de sentido produz vazio interior e mal-estar que pode ser exemplificado pela crise dos aposentados e pela doença do empresário, que não consegue ficar desocupado por algum tempo. A falta de uma tarefa a cumprir e o

ajudá-lo a fazer do sofrimento fonte de crescimento e caminho para descobrir um propósito para viver. É importante que nesse processo, a pessoa se atribua responsabilidade pelo seu destino e saiba lidar com a tensão advinda da realidade que dificultam sua missão existencial. Quando o homem não sabe lidar com as tensões ou as evita, “mergulha no tédio e nas frustrações existências” (CARVALHO, 2019, p. 265), sintomas da neurose noogênica.

¹⁷ Temos em consideração as sínteses que aparecem em estudos como o de Hall e Lindzey sobre as formas de histeria, neurose de angústia e o TOC (1973, p. 76): “Além dos casos que aparecem em *Studies in Hysteria*, que ele escreveu em colaboração com Breuer antes de dar forma definitiva à teoria psicanalítica.”

¹⁸ Frankl pensa os relacionamentos humanos mais intensos à luz das lições de Martin Buber sobre a intersubjetividade. Para Buber, o homem deve assumir o encontro Eu e Tu, usando da autotranscendência para vislumbrar o outro na sua totalidade e singularidade. Nesse sentido, uma relação amorosa só será verdadeira quando se sustentar pela relação Eu e Tu e não se reduzir a sexualidade, e a sexualidade, por sua vez “somente poderá ser vivida plenamente numa relação de amor” (CARVALHO, 2019, p. 89).

intencionalidade, o que significa que ele “vive com propósito” (id., P.47)¹³. E no que se refere às outras escolas psicanalíticas, ele explica que a teoria de Adler é frágil por afirmar que todos os comportamentos humanos são determinados pelos desafios sociais, e Jung porque reduziu o homem às determinações dos arquétipos do inconsciente coletivo sem preservar o reconhecimento da transcendência¹⁴. Assim as três escolas psicanalíticas desconsideram a intencionalidade humana fundamental para a análise existencial.

Vazio existencial e o desafio do humanismo contemporâneo

Na obra *O sofrimento de uma vida sem sentido: caminhos para encontrar a razão de viver*, Frankl mergulha em questões culturais. Ele esclarece que cada momento histórico tem suas neuroses e que, em nossos dias, o sentimento de vazio existencial está na raiz deles. Como surgiu o problema? Para Frankl, esse sentimento tornou-se comum, pois o homem não tem, nos dias de hoje, tradições fortes que digam o que ele deve fazer, perdeu as crenças que tinha e não vive guiado unicamente por seus instintos. Dessa forma, ele ficou sem referências capazes de o orientar nas significativas escolhas que tem que fazer. Por isso, ou ele se comporta como todos os demais ou fará o que os outros querem, tornando-se, nos dois casos, personagem de uma sociedade de massas¹⁵ e neurótica. Para referir-se ao sofrimento psíquico que vem dessa circunstância, Frankl (2015, p. 11) criou o termo “neurose noogênica” para designar neuroses geradas por “conflitos de consciência”, “colisões de valores” e “frustração existencial”¹⁶. Essas neuroses, ele esclarece, não têm origem patológica

¹³ “Reduziram o homem à condição de animal quando deixaram de lado sua capacidade de transcendência e explicaram fobias e outras neuroses como um tipo de aprendizagem que podia ser modificado com técnicas de aprendizado ou condicionamento” (CARVALHO, 2019, p. 61).

¹⁴ Trata-se de uma interpretação feita via Buber que não vê na teoria de Jung uma abertura para a crença na transcendência (BUBER, 2007, p. 132): “Dessa forma a questão controvertida é: Deus é apenas um fenômeno psíquico, ou existe também independente do psiquismo humano? Jung responde: Deus não existe por si. A pergunta também pode ser formulada assim: aquilo que o crente chama de ação divina surge somente de seu próprio íntimo, ou aí pode também estar envolvida a ação de um ser suprapsíquico? Jung responde: surge do próprio íntimo”. Muitos comentaristas de Frankl repetem o que Frankl afirmara com base na interpretação de Buber (GOMES, 1992, p. 56): “Enquanto Jung defende que Deus é apenas uma imagem sem maior significância, para Frankl, Deus é uma realidade viva”.

¹⁵ Essa ideia foi amplamente difundida por Ortega y Gasset no clássico *La Rebelión de las masas* (v. IV, 1994, p. 152): “Quem não entender essa curiosa situação moral das massas, não pode explicar nada do que começa a acontecer no mundo. A soberania do indivíduo não qualificado, do indivíduo humano genérico e como tal, tem-se passado, da ideia ou ideal jurídico que era (igualdade entre os homens perante a lei), a ser um estado psicológico constitutivo do homem médio”.

¹⁶ Dessa forma, o terapeuta deve ver o paciente como indivíduo singular, olhá-lo em sua totalidade, identificar a ausência de sentido para ajudá-lo a buscar um sentido. Se essa neurose levar à depressão ou a pessoa demonstrar intenções suicidas, ele espera que o psicoterapeuta fortaleça a sua vontade de viver. Para isso, ele precisa conhecer o mundo do paciente para entender sua percepção da realidade e

desinteresse pelo futuro podem gerar no idoso o vazio interior, assim como o excessivo trabalho do empresário deixa “pouco tempo [...] para ele descobrir a si mesmo” (FRANKL, 2015, p. 21), e, em ambos os casos, as atitudes geram também a frustração existencial.

Questões sobre o sentido

A autotranscendência

Vamos tratar mais detidamente do sentido a partir do que Frankl escreveu em *A vontade de sentido*. Ele considerou a autotranscendência como capacidade específica do ser humano e importante definidor da sua condição. Com esse conceito, Frankl ajustou a ideia de projeto e sentido tematizados nas filosofias da existência e os colocou na base de sua compreensão humanista (FRANKL, 2011, p. 67): “A autotranscendência constitui a essência da existência”, pois o homem vive direcionado para algo além de si mesmo. Ele explica como o sentido surge na vida como um ir ao futuro e ao outro (id., p. 29): “O homem transcende a si mesmo em direção ao outro ser humano e ao sentido”.

A autorrealização também é fenômeno que o psiquiatra associa ao sentido, visto que ela só será verdadeira quando não for fim para outros meios, mas, sim, a consequência da transcendência vivida pela pessoa. O sentido ou autotranscendência pode aparecer como assunto religioso, mas não necessariamente, sendo mais razoável associá-lo ao que os estudos contemporâneos denominam de religiosidade¹⁹, pois não se trata de uma crença ou de práticas religiosas, mas de uma fé ampla no sentido ou significado da vida, que é responsabilidade de cada um descobrir como isso será válido para ele. Esse sentido último ou final é o que o psiquiatra chamou de super-sentido ou grande ordem que “jamais devemos esperar encontrá-la em sua totalidade, mas devemos persegui-la com todo o nosso esforço” (FABRY, 1984, p. 58). É esse suprassentido que Frankl avalia seja Deus, cuja consciência encontra-se escondida para o homem contemporâneo²⁰.

¹⁹ Podemos tomar como espiritualidade o que os estudos atuais sobre saúde consideram: “Busca pessoal para entender questões relacionadas ao fim da vida, ao seu sentido, sobre as relações com o sagrado ou transcendente que, pode levar ou não, ao desenvolvimento de práticas religiosas” (LUCCHETTI, GRANERO, BASSI, LATORRACA, NACIF, 2010, p. 155).

²⁰ Frankl reconheceu que há a repressão dos elementos espirituais no livro *A presença ignorada de Deus*, como já foi observado: “Frankl vai observar nesse trabalho que muito mais do que uma sexualidade reprimida, como queria Freud, o homem tem uma espiritualidade reprimida que foi recalçada pela opressão” (GOMES, 1992, p. 56).

A singularidade

Frankl esclarece que não há um mesmo sentido para todos, ele é próprio de cada indivíduo e situação, ou seja, é singular e mutável. O sentido é o que cada qual descobre e não pode ser inventado, apenas identificado. É a consciência que guia o homem na busca desse sentido, cabendo-lhe descobrir “sentidos únicos que contradizem valores estabelecidos” (FRANKL, 2011, p. 83).

Dessa maneira, a descoberta do sentido existencial é a parte metodológica mais importante para enfrentar o vazio decorrente da frustração existencial de nosso tempo e suas consequências: a drogadicção, a depressão e a violência contemporâneas. Descobrir o sentido significa enfrentar as maiores dificuldades atuais do humanismo, pois sentido é a síntese de uma visão de homem livre e responsável, aberto ao futuro e saudável. Viver pelo sentido, explicou o psiquiatra, é viver na verdade pessoal, pois ninguém consegue deliberadamente fingir para si mesmo que a vida lhe parece bem se isso não for percebido verdadeiro.

Diante disso, o logoterapeuta deve mostrar ao paciente a responsabilidade que ele tem por seus atos e escolhas²¹. Também deve ampliar seu campo de visão para que “todo o espectro de sentido em potencial se torne consciente e visível para ele” (FRANKL, 2017, p. 135). Portanto, o sentido há de ser encontrado no mundo do paciente por ele mesmo, ainda que possa contar com o auxílio do terapeuta para consegui-lo.

Os modos

Como dito na seção anterior, o papel do logoterapeuta não é impor valores ou propósitos, mas, se necessário, mostrar que há um sentido a ser buscado. Frankl explica que são três as formas de descobrir o sentido, por exemplo, dedicar-se a uma tarefa qualquer ou, na Segunda forma, amar alguém. A terceira forma é “transformar a miséria de um sofrimento inevitável numa conquista” (FRANKL, 2011, p. 90). Apesar de acreditar que é possível alcançar um sentido no sofrimento, o psiquiatra explica que “o sofrimento desnecessário é masoquismo e não ato heroico” (FRANKL, 2017, p. 170). Assim, a logoterapia é otimista, pois trabalha acreditando ser possível tirar aspectos positivos de todas as situações. Em síntese, o sentido da vida chega por

²¹ Frankl trabalha com a responsabilidade do cliente em cada escolha que faz, visto que viver cada momento uma única vez decorre da finitude do homem e modifica sua trajetória existencial. Disso resulta ser a “a imperfeição do indivíduo o que o faz insubstituível” (CARVALHO, 2019, p. 266). Então, um tempo de massas como o que vivemos desestimula a singularidade e o sentido, “terminando por reduzir a responsabilidade do indivíduo” (ibidem). A responsabilidade e a unicidade também são aparecem quando ele explica o papel do amor no sentido, quando se ama o outro é único e insubstituível.

uma tríade: valores de criação, de experiência e de atitude.

Como dito, Frankl (2015, p. 74) acredita que se possa encontrar um significado para o sofrimento quando ele é inevitável, “quando não é mais possível moldar o destino, então se faz necessário ir ao encontro deste destino com a atitude certa”, o que pode fazer do sofrimento um sentimento nobre, e avalia que o sofrimento se torna mais suportável quando é dotado de sentido, pois isso o transforma em conquista humana.

O autor menciona uma pesquisa realizada na Universidade de Nova Iorque que apontou formas de “ajudar os pacientes a chegar no sentido” (FRANKL, 2011, p. 146). Uma delas foi justamente confortar o paciente nas situações de sofrimento e morte iminente, o que não deve ser apenas de responsabilidade do médico, mas de todo aquele que cerca o enfermo. Outra forma seria o método “da parábola”, que tem o intuito de, por meio de uma história, comunicar ao paciente que nenhum ser humano está isento de adoecer, mas que ele pode achar um sentido nisso.

Ao se referir ao tempo de prisioneiro nos campos de concentração, Frankl relatou que, muitas vezes, viu pessoas que exteriormente pareciam despreparadas para situação tão dura e conseguiram superar o tempo de prisão com mais leveza porque preservavam “[...] a possibilidade de se retirar daquele ambiente terrível e se refugiar no domínio de liberdade espiritual e riqueza interior”²² (FRANKL, 2017, p. 53). Estamos diante de um caso em que o sentido vem pelo amor. Num momento de dificuldade ele estabeleceu um diálogo íntimo com a esposa, nem sabia se ela ainda vivia, e concluiu que “o amor é, [...] o bem último e supremo que pode ser alcançado pela existência humana” (id., p. 55). Naquele momento, observou que, independentemente da situação, e por pior que ela seja, sempre é possível vivenciar o amor contemplando e dialogando, no íntimo, com a pessoa amada. Para ele, o amor e a liberdade espiritual que, próprios do homem, experimentados no mergulho íntimo era imprescindível para a sanidade mental e estabelecia a possibilidade de identificar um sentido para viver, mesmo nos momentos de sofrimento.

Frankl procurou esclarecer, ainda, o que é a “falta de sentido aprendida”. Diz que frequentemente se confunde a falta de utilidade social, o desemprego por exemplo, com a falta de sentido. Assim, afirma que o valor de cada um “não está subordinado à utilidade que a pessoa possa ter ou não no presente” (FRANKL, 2017, p. 173).

²² Essa riqueza interior é o que faz o homem autenticamente homem para Frankl: “Ao núcleo do ser do homem pertencem os fenômenos mais exclusivamente humanos, como a capacidade de amar, de decidir, de aceitar, de descobrir e realizar valores e significados” (PETER, 1999, p. 39).

A vontade

A vontade de sentido é descrita como “o esforço pelo melhor cumprimento possível do sentido de sua existência”²³ (FRANKL, 2015, p. 65). Para o psiquiatra, os homens anseiam por felicidade, mas ela só pode vir pela descoberta do sentido, como realização de uma tarefa e pelo encontro amoroso com outro ser humano. Em contrapartida, a felicidade não será alcançada quando for buscada diretamente no prazer, pois isso a afastaria da sua posição de efeito e a tornaria um objeto a ser buscado por ele mesmo. A frustração na vontade de sentido gera a vontade de poder e prazer, reconhecidas por Adler e Freud respectivamente como raiz da motivação, mas que traduzem apenas uma motivação neurótica, quando não se percebe o sentido.

Para Frankl, a preocupação com o sentido não é patológica, como entendeu Freud, e assim a adotou como um dos objetivos da logoterapia: “Um tratamento voltado para o sentido” (FRANKL, 2015, p. 72), visto que “a última coisa que a psicoterapia pode permitir-se é ignorar a vontade de sentido” (id., p. 97).

Como Frankl crê que a indagação sobre o sentido é tipicamente humana, avalia que a realização humana só será alcançada quando o homem se esquecer de si mesmo, assumindo o valor da solidariedade.

Considerações Finais

Procuramos mostrar de que forma o psiquiatra e filósofo Viktor Frankl pensou as bases de um humanismo capaz de sustentar uma nova forma de fazer psicologia. Ele o fez reconhecendo estar no núcleo espiritual que revisa a facticidade, os impulsos, as necessidades, os reflexos e os coloca na direção do sentido.

O psicoterapeuta deve aprender a enxergar no cliente um companheiro de destino, motivado por realidades que estão além dele, percebendo-o pessoa singular, livre, com valores e possuidor de um sentido próprio e não renunciável para viver. Indicou-se também que essa compreensão humanista do homem e realidade foi utilizada por Frankl para enfrentar as dificuldades advindas de uma sociedade de massas. Sistematizou-se, então, as respostas “que o psiquiatra deu a essas

²³ No capítulo oitavo de *Viktor Frankl e a psiquiatria*, indica-se que para Frankl a falta do sentido não é necessariamente causa da neurose noogênica, mas a frustração do sentido existencial. Fica ainda claro que quando a pessoa descobre um sentido para a vida isso produz um estado geral benéfico na vida mental e auxilia no tratamento de outros transtornos. Assim, a terapia existencial é importante técnica psicoterápica que auxilia mesmo quando é preciso usar outras técnicas além das indicadas por Frankl, para quem a busca pelo sentido é uma luta espiritual e por isso, no tratamento de uma neurose noogênica, o clínico não deve “reduzir os argumentos do cliente à um impulso reprimido ou a uma inferioridade não resolvida” (CARVALHO, 2019, p. 256).

dificuldades existenciais com a procura do sentido, a abertura a transcendência, o encontro intersubjetivocapaz de fornecer alento a existência até que a vida cultural restabeleça relativaharmonia” (CARVALHO, 2019, p. 100).

Perceber que os sentidos buscados ao longo da vida convergem para um último é um outro aspecto dessa psicologia, sentido último que pode ser Deus, totalidade, harmonia, enfim, algo que resuma todas as buscas realizadas ao longo da vida.

Procuramos indicar que o humanismo preconizado por Frankl está sustentado na espiritualidade ou capacidade de autotranscender, de perceber-se totalidade singular, de descobrir e buscar um sentido de três modos: agindo voluntariamente e responsabilmente, amando e ressignificando o sofrimento.

Referências

- ABBAGNANO, Nicola. Dicionário de Filosofia. 2. ed., São Paulo: Mestre Jou, 1982. 976 p.
- BUBER, Martin. Eclipse de Deus. Campinas: Verus, 2007. 153 p.
- CAMUS, Albert. O mito de Sísifo. Lisboa: Livros do Brasil, s.d., 256 p.
- CARVALHO, José Mauricio de. Introdução à filosofia da razão vital de Ortega y Gasset. Londrina: Cefil, 2002. 499 p.
- _____. Filosofia Clínica e Humanismo. São Paulo: Ideias e Letras, 2012. 183 p.
- _____. O Homem e a Filosofia. 3. ed., Porto Alegre: MKS, 2018. 343 p.
- _____. Viktor Frankl e a psiquiatria. Porto Alegre: MKS, 2019. 343 p.
- FABRY, Joseph B. A busca de significado. São Paulo: ECE, 1984. 216 p.
- FRANKL, Viktor Emil. A questão do sentido em psicoterapia. Campinas: Papyrus, 1990. 157 p.
- _____. O que não está escrito nos meus livros. São Paulo: É Realizações, 2010. 158 p.
- _____. A vontade de sentido. São Paulo: Editora Paulus, 2011. 239 p.
- _____. O sofrimento de uma vida sem sentido. São Paulo: É realizações, 2015. 125 p.
- _____. Psicoterapia e sentido da vida. 6. ed., São Paulo: Quadrante, 2016. 423 p.
- _____. Em busca de sentido. 44^a ed., S. Leopoldo: Sinodal; Petrópolis: Vozes, 2017. 184 p.

FREUD, Sigmund. O homem Moisés e a religião monoteísta. Porto Alegre: L&P Editores, 2014. 190 p.

GARAUDY, Roger. Perspectivas do homem. Rio de Janeiro: Civilização Brasileira, 1966. 355 p.

GOMES, José Carlos Vitor. Logoterapia. São Paulo: Loyola, 1992. 80 p.

HALL, C. S. e LINDZEY, G. Teorias da personalidade. São Paulo: EPU, 1973. 630 p.

HEIDEGGER, Martin. El ser y el tiempo. 2. ed., México: Fondo de Cultura Económica, 1962. 479 p.

HEINEMANN, Fritz. A filosofia no século XX. 2. ed., Lisboa: Fundação Calouste Gulbenkian, 1979. 574 p.

LUCCHETTI, G; GRANERO, A. L., BASSI, R. M.; LATORRACA, R; NACIF, S. A. P.; Espiritualidade na prática clínica: o que o clínico deve saber. p. 154-158. Revista Brasileira de Clínica Médica, 8 (2), 2010.

MIRANDOLA, Pico della. A dignidade do homem. São Paulo: GDR, 1988. 43 p.

ORTEGA Y GASSET, José. La Rebelión de las masas. Obras Completas. V. IV, 2. Reimpresión, p. 113- 312. Madrid: Alianza, 1994.

PETER, Ricardo. Viktor Frankl: a antropologia como terapia. São Paulo: Paulus, 1999. 120 p.