

A permanente atualidade do livro “*Em Busca de Sentido*” de Viktor E. Frankl

Adolfo Borges Filho*

Sumário

1. Introdução. 2. A vida como busca de *sentido*. 3. Haverá sempre sofrimento – o que conta é como reagimos ao sofrimento. 4. O poder do *propósito*. 5. A gentileza pode ser encontrada nos lugares mais surpreendentes. 6. Conclusão. Bibliografia.

Resumo

O propósito deste artigo é enfatizar a importância do livro *Em Busca de Sentido* para todas as pessoas que desejem alcançar o que Sócrates chama de “uma vida bem vivida”.

Abstract

The purpose of this article is to emphasize the importance of the book “Man’s Search for Meaning” for those who want to attain what Socrates calls “a well lived life”.

Palavras-chave: Vida. Busca de sentido. Propósito. Campo de concentração. Viktor Frankl.

Keywords: *Life. Search for meaning. Purpose. Concentration camp. Viktor Frankl.*

1. Introdução

Quando o ser humano se vê mergulhado num vácuo existencial, ao invés de procurar as verdadeiras causas desse “buraco negro” que tomou conta de sua alma, ele acaba, muitas vezes, partindo para os vícios, numa tentativa frenética de obter satisfações imediatas e transitórias que, ao contrário de trazê-lo para a luz, mergulha-o ainda mais na escuridão.

Os vícios, como a bebida e a droga, já representam uma espécie de suicídio em prestações diárias, cuja duração vai depender da própria resistência orgânica do

* Pós-graduado em Filosofia pela UCB. Procurador de Justiça do Ministério Público do Estado do Rio de Janeiro inativo. Vice-Diretor da Revista de Direito do MPRJ. Professor de Direito da PUC-RIO.

viciado. Entretanto, a opção pelo suicídio pode ser, também, a maneira mais rápida de se colocar um ponto final numa existência insuportável.

A questão, vista de uma maneira global, acaba se tornando objeto de duas ciências: a Psicologia e a Filosofia. Penso que Viktor E. Frankl, criador da “Logoterapia”, caminhou nesses dois campos de estudo e, ele mesmo, foi obrigado a se submeter ao papel de “cobaia”, graças à experiência trágica que lhe foi imposta, num campo de concentração nazista.

O “campo de concentração” representa uma espécie de arquétipo cuja essência é o sofrimento humano, no seu limite máximo. Entretanto, esse sofrimento, sob a ótica de Frankl, pode repercutir na alma de pessoas conscientes como *sentido* – ainda que temporário – de suas existências, por mais paradoxal que isso possa parecer. Enquanto buscam desesperadamente a saída daquele sofrimento insustentável de privações físicas e mentais, os prisioneiros mantêm acesa a fagulha de que, ao final e ao cabo, reencontrarão a liberdade e, conseqüentemente, terá valido a pena o cultivo do *propósito* de existir.

Resolvi trazer a lume o nome desse grande homem porque ele conseguiu, a meu juízo, tocar no lado mais profundo da efêmera existência humana, mostrando que, para a nossa sobrevivência saudável e eficiente, neste mundo tão cheio de atribulações, é preciso que se “busque um sentido”. Esperamos convencer os leitores deste artigo que não deixem de ler esse livro iluminado cujo título já diz quase tudo: *Em busca de sentido*.

2. A vida como busca de *sentido*

Muitos veem a vida como sendo uma interminável busca do prazer. Outros acreditam que a vida tem como principal propósito a conquista de poder e de dinheiro. Para o autor que ora comentamos, a vida é olhada como, primordialmente, uma busca por *sentido*.

Como seres humanos, sempre olhamos para os nossos “limites”; aquelas situações extremas que testam a fibra do caráter humano. Viktor Frankl sobreviveu no limite máximo de suportabilidade. Daí ter concluído que o maior teste para todos nós é justamente o de descobrir um *sentido* para as nossas existências. E acrescentou que todos estão empoderados para o encontro desse *sentido*, independentemente da saúde corporal, da riqueza material ou de quaisquer circunstâncias que nos cerquem, ainda que terríveis ou desanimadoras.

Possuímos sempre a habilidade de escolher a nossa atitude perante as situações impostas pela vida. Frankl era um exímio observador do comportamento e do pensamento humanos. E essa “observação psicológica”, como prisioneiro de um campo de concentração, passou por várias fases, como se pode ler do trecho abaixo transcrito.

If someone now asked of us the truth of Dostoevski's statement that flatly defines man as a being who can get used to anything, we would reply, "Yes, a man can get used to anything, but do not ask us how." But our psychological investigations have not taken us that far yet; neither had we prisoners reached that point. We were still in the first phase of our psychological reactions. (Frankl, 2006:18)

Traduzindo para o português:

Se alguém nos pergunta, agora, a verdade sobre a declaração de Dostoiévski que, de uma maneira contundente, define o homem como um ser que pode se acostumar a tudo, responderíamos que "sim, um homem pode se acostumar a tudo, mas não nos pergunte como." Mas as nossas investigações psicológicas ainda não nos levaram tão longe: nem nós, como prisioneiros, alcançamos aquele ponto. Estávamos ainda na primeira fase de nossas reações psicológicas.

Frankl e seus colegas prisioneiros foram despojados de tudo o que possuíam: famílias, amigos, trabalhos, posses, até mesmo seus nomes e o cabelo de seus corpos. Havia, no entanto, uma coisa que permaneceu realmente em cada um deles; aquilo que os filósofos estoicos se referem como *discurso interior* ou *princípio norteador*. Nomeadamente, nós podemos escolher como reagir a qualquer tipo de pensamento, de emoção ou, ainda, a um conjunto determinado de circunstâncias:

O que resta: a existência nua e crua. Enquanto ainda esperamos pelo chuveiro, experimentamos integralmente a nudez: agora nada mais temos senão este nosso corpo nu (sem os cabelos). Nada possuímos a não ser, literalmente, nossa *existência nua e crua*. Que restou em comum com nossa vida de antes? (Frankl, 2022:29)

Fato é que, independentemente das experiências de vida que enfrentarmos, teremos sempre a liberdade interior de decisão, mantendo-nos verdadeiros em relação ao nosso caráter e à nossa obrigação moral.

3. Haverá sempre sofrimento – o que conta é como reagimos ao sofrimento

Frankl afirma que o *sentido* da vida pode ser encontrado de três maneiras: a primeira, através do trabalho, especialmente quando o que se realiza é, ao mesmo tempo, criativo na natureza e alinhado com um propósito maior do que nós mesmos; a segunda, através do amor, que se manifesta com frequência no serviço em prol dos

outros seres humanos; e, a terceira, através do sofrimento, que é fundamental para a experiência humana. Encaixa-se nessa terceira categoria o doloroso teste a que Frankl foi submetido no campo de concentração:

Na realidade este corpo aí, o meu corpo, já não passa de um cadáver. O que éramos ainda? Uma partícula de uma grande massa de carne humana; uma massa cercada de arame farpado, comprimida em algumas cabanas de chão batido; uma massa da qual diariamente apodrecia um certo percentual por ter ficado sem vida. (Frankl, 2022:47)

Portanto, o teste que se exige de todos nós é o de como respondermos ao sofrimento em nossas vidas. O autor, em apertada síntese, descreve o que ele chama de “fuga para dentro de si”:

Apesar de todo o primitivismo que toma conta da pessoa no campo de concentração, não só exteriormente, mas em sua vida interior, percebem-se, embora esporadicamente, os indícios de uma expressiva tendência para a vivência do próprio íntimo. Pessoas sensíveis, originalmente habituadas a uma vida intelectual e culturalmente ativa, dependendo das circunstâncias e a despeito de sua delicada sensibilidade emocional, experimentarão a difícil situação externa no campo de concentração de forma, sem dúvida, dolorosa; essa, não obstante, terá para elas efeitos menos destrutivos em sua existência espiritual. Pois justamente para essas pessoas permanece aberta a possibilidade de se retirar daquele ambiente terrível para se refugiar num domínio de liberdade espiritual e riqueza interior. Essa é a única explicação para o paradoxo de, às vezes, justamente aquelas pessoas de constituição mais delicada conseguirem suportar melhor a vida num campo de concentração do que as pessoas de natureza mais robusta. (Frankl, 2022:53)

4. O poder do *propósito*

Frankl observou que os prisioneiros que sobreviveram, aqueles que acharam um caminho para resistirem, sempre carregavam consigo um *propósito* maior que os faziam atravessar as condições difíceis que enfrentavam. Para alguns, tratava-se de uma criança abrigada em algum país distante e que aguardava por eles após a libertação. Para outros, era uma esposa ou um membro da família. E havia aqueles que imaginavam a existência de uma tarefa inacabada ou de algum trabalho criativo que demandava uma contribuição especial. Frankl e seus amigos estavam permanentemente vigilantes em relação a colegas prisioneiros que haviam perdido o *propósito* de viver.

Enquanto trabalhava no hospital do campo, Frankl constatou que a taxa de mortalidade deu um salto na semana entre o Natal e o Ano Novo em 1944. Ele atribuiu esse dramático aumento ao número de prisioneiros que esperavam, ingenuamente, serem libertados antes do Natal. À medida que o final do ano se aproximava e que se tornava clara que a situação deles não sofreria qualquer mudança, perderam a coragem e a esperança. Isso impactou sobremaneira o seu poder de resistência e a sua habilidade de sobrevivência. Em vários trechos do livro, Frankl recorre às palavras de Nietzsche: *Aquele que possui um porquê para viver pode suportar quase tudo.*

O verdadeiro teste de nosso caráter é revelado em como nós agimos. Frankl chega à conclusão de que não existe uma resposta geral para o *sentido* da vida. Cada pessoa deve responder essa pergunta por si mesma. Encontramos o nosso significado específico baseado nas nossas próprias circunstâncias, nos nossos relacionamentos e nas nossas experiências. A vida nos testa, na essência, e a resposta se revela em como nós reagimos ao desafio.

Por conseguinte, o *sentido* da vida não pode ser achado no topo de alguma montanha; ele nos é revelado diariamente e a cada momento, na nossa escolha em agir corretamente, cumprindo nossas obrigações e assumindo responsabilidades.

5. A gentileza pode ser encontrada nos lugares mais surpreendentes

Pode-se assumir que os guardas e o comandante do campo de concentração eram, como um todo, pessoas terríveis. Entretanto, Frankl experimentou, ocasionalmente, surpreendentes momentos de gentileza humana dos guardas. Frankl se lembra que, certa vez, um guarda se arriscou ao oferecer-lhe, secretamente, um pedaço de pão. Para ele, Frankl, "foi mais do que um pequeno pedaço de pão que o moveu às lágrimas naquele momento. Foi 'algo' de humano que aquele homem me deu: a palavra e o olhar que acompanharam aquele presente". Ao mesmo tempo, o guarda chefe do pavilhão, que era também um prisioneiro, batia nos outros prisioneiros a troco de nada.

Quem dos que passaram pelo campo de concentração não saberia falar daquelas figuras humanas que caminhavam pela área de formatura dos prisioneiros, ou de barracão em barracão, dando aqui uma palavra de carinho, entregando ali a última lasca de pão? E mesmo que tenham sido poucos, não deixou de constituir prova de que *no campo de concentração se pode privar a pessoa de tudo, menos da liberdade última de assumir uma atitude alternativa frente às condições dadas. E havia uma alternativa!* (Frankl, 2022:88)

Frankl sustenta que existem realmente dois tipos de pessoas: seres humanos decentes e seres humanos depravados. Ambos os tipos de personalidade podem

ser encontrados em todos os lugares. Eles se infiltram em todos os grupos e em todas as sociedades.

Diz Espinoza em sua *Ética*: "*Affectus, qui passio est, desinit esse passio simulatque eius claram et distinctam formamus ideam*" ("A emoção que é sofrimento deixa de ser sofrimento no instante em que dela formamos uma ideia clara e nítida" – *Ética*, quinta parte: "Do poder do espírito ou a liberdade humana", sentença III). (Frankl, 2022:98)

6. Conclusão

A obra de Victor Frankl se constitui num marco relevante no que se refere, também, à sacralidade dos direitos humanos fundamentais, onde se pode destacar, de pronto, o *direito à liberdade*, no sentido mais amplo da expressão. O holocausto não pode, jamais, ser esquecido. O sofrimento, ainda que possa imprimir *sentido* à vida, não deve figurar como algo banal e perfeitamente aceitável como parte obrigatória de nossa existência. Falo do "sofrimento" desnecessário e injusto causado por regimes autoritários de todos os matizes, comandados por tiranos desumanos que se impõem à humanidade como donos do mundo. Na verdade, para esses "monstros", o *sentido* da vida reside no poder ilimitado de mando e na vontade de subjugar todos aqueles que se opõem às suas vontades malignas e insanas.

Para concluir, destacamos excerto do livro "*Psicoterapia e Sentido da Vida*", de Viktor Frankl, onde o autor esclarece, como criador da Logoterapia, características básicas dessa corrente da Psicologia:

Especificada como psicanálise, a psicoterapia esforça-se por chegar à conscientização do anímico. A logoterapia, pelo contrário, procura a consciencialização do espiritual. Com isto, na sua especificação como análise existencial, a logoterapia esforça-se especialmente por trazer o homem à consciência do seu ser-responsável, – enquanto fundamento essencial da existência humana. (Frankl, 2019:81)

Bibliografia

FRANKL, Viktor E. *Man's Search for Meaning*. Trad. da primeira parte por Ilse Lasch. 5ª edição. Boston, Massachusetts: Beacon Press, 2006.

_____. *Em busca de Sentido*. Trad. Walter O. Schlupp e Carlos C. Aveline. 57ª edição. Petrópolis: Editora Vozes, 2022.

_____. *Psicoterapia e Sentido da Vida*. Trad. Alípio Maia de Castro. 7ª edição. São Paulo: Quadrante, 2019.