

PSICOLOGIA E RELIGIÃO EM VIKTOR FRANKL: A RELAÇÃO ENTRE CIÊNCIA E ESPIRITUALIDADE NA LOGOTERAPIA

(Psychology and Religion in Viktor Frankl: the Relationship between Science and Spirituality in Logotherapy)

Me. Julio Cezar Lazzari Junior

Bacharel e licenciado em teologia,
tecnólogo em comunicação em marketing,
pós-graduado em marketing internacional e
em ciências da religião e mestre em filosofia
E-mail: julio_lazzari@ig.com.br

RESUMO

A logoterapia é a terapia do sentido da vida e a sua aproximação com a teologia e a filosofia é muito clara. Suas bases são constituídas por elementos espirituais, em sua maioria, e tal fato faz de Viktor Frankl, seu criador, alguém que tentou separar a barreira entre religião e ciência. Partindo do princípio de que o homem é um ser espiritual, a logoterapia contempla o indivíduo como alguém autônomo diante de sua existência, capaz de decidir por onde caminhar e até como lidar com suas neuroses e / ou psicoses. Assim, a nossa proposta é examinar a relação entre psicologia e espiritualidade em Viktor Frankl, entendendo os pontos principais da logoterapia e como ela pode ajudar o homem a encontrar sentido para a sua vida.

Palavras-chave: Logoterapia. Sentido da vida, religião e espiritual.

ABSTRACT

The logotherapy is the therapy of meaning of life and its approach with the theology and philosophy is very clear. Its foundations are composed for spiritual elements, mostly, and this fact makes Viktor Frankl, its creator, someone who tried to break the barrier between religion and science. Assuming that man is a spiritual being, logotherapy contemplates the individual as someone autonomous in front of his existence, able to decide where to walk and how to deal with neuroses and / or psychosis. So our proposal is to examine the relationship between psychology and spirituality in Viktor Frankl, understanding the main points of logotherapy and how it can help man to find meaning to the life.

Keywords: Logotherapy. Meaning of life, religion and spiritual.

INTRODUÇÃO

O presente trabalho pretende abordar, como o título já demonstra, a relação entre ciência e espiritualidade na logoterapia, nos escritos principais de Viktor Frankl, o criador da terapia do sentido da vida.

Antes de tudo, precisamos compreender os fundamentos da logoterapia, a fim de destacarmos o que é mais relevante nesta terapia, àquilo que Frankl mais enfatiza, o que é visto como mais essencial. Tendo este conhecimento, teremos condições de entender como a logoterapia se relaciona com a religião, como a ciência está vinculada à fé, como o muro que separa espiritualidade e ciência é inexistente nos trabalhos de Frankl.

Compreendendo os fundamentos da logoterapia, veremos, com clareza, que o seu principal sustentáculo é o sentido da vida, ponto de partida que impulsiona toda a terapia de Frankl. Isto posto, trataremos do sentido da vida que potencialmente é indestrutível, pois permanece em todas as situações, conclusão esta que foi tirada por

Frankl através da sua dura experiência em quatro campos de concentração durante a 2ª Guerra Mundial. A dor profunda não fez de Frankl um homem amargo, mas o conduziu ao entendimento de que a vida preserva o seu sentido mesmo nas circunstâncias mais extremas, até diante da morte, o que o permitiu sistematizar esta ideia dentro da psicologia.

Tendo o sentido da vida como pressuposto, como paradigma, a logoterapia compreende o homem como um ser espiritual, e qualquer ponto de vista que não leva isto em consideração seria, em Frankl, reducionista, míope, incompleto. Assim sendo, compreendemos com mais naturalidade as críticas que Frankl faz, com certa frequência, ao criador da psicanálise, Sigmund Freud.

Com esta essência espiritual, a logoterapia enfatiza que o homem tem uma natureza superior que não é tocada pelas neuroses ou pelas psicoses, destacando sempre o livre-arbítrio humano, a supremacia que nós temos de decidir mesmo diante de impulsos e situações que reduzem a nossa liberdade.

A consciência também ocupa um lugar fundamental na logoterapia, pois ela faria parte deste sistema espiritual, transcendental, que seria anterior ao homem, algo que independe dos conceitos sociais. E a consciência seria um instrumento divino para conduzir o homem pelo caminho correto, fazendo dele um ser que só encontra sentido para a sua vida quando transcende a si mesmo em direção ao próximo, buscando amar e servir ao outro.

Portanto, é notório que os fundamentos da logoterapia têm uma íntima relação com a teologia e a filosofia, que a dicotomia fé x ciência não encontra espaço em Viktor Frankl e que a espiritualidade, de modo nenhum, precisa ser excluída da psicologia ou de outras ciências.

1. FUNDAMENTOS DA LOGOTERAPIA

1.1. O Sentido da Vida

A logoterapia é a terapia cujo fundamento essencial é a busca pelo sentido da vida. Ela foi criada por Viktor Frankl, um psiquiatra austríaco de grande influência, do século XX, nascido em 1905 e falecido em 1997. Ele criou a chamada terceira escola de Viena, juntando-se a Freud e a Adler.

Vejamos como Frankl define a logoterapia:

Uma tradução literal do termo “logoterapia” é “terapia através do sentido”. Naturalmente poderia ser traduzido também como “cura através do significado”, mas isso implicaria num tom religioso alto demais que não está necessariamente presente na logoterapia. Em todo caso, a logoterapia é uma (psico) terapia no sentido (Frankl, 2005, p. 13).

Analisando as próprias palavras de Frankl, a logoterapia parte do princípio de que a vida tem um propósito a ser cumprido, o que a faz, de antemão, ter uma íntima relação com a filosofia e com a teologia, já que, olhando por este ângulo, a vida humana tem uma finalidade, o que anula a possibilidade de sermos obra do tempo e do acaso. Novamente

Frankl afirma: “Para a logoterapia, a busca de sentido na vida da pessoa é a principal força motivadora no ser humano” (Frankl, 1997, p. 92). Ou seja, o motivo mais relevante para que o homem viva com todas as suas forças é buscar uma direção, um sentido, investindo sua capacidade, talento, desejos em algo no qual acredite, que tenha um fim justificável para ele, que não apenas lhe proporcione prazer.

Embora Frankl não desmereça os outros pesquisadores que trouxeram contribuições relevantes para a psicologia, ele, ao estabelecer os fundamentos da logoterapia, opina claramente que as outras escolas enxergavam o homem, na sua essência, de maneira equivocada, limitada, reducionista. Ele reforça sua opinião, divergindo de Freud e de Adler:

A logoterapia diverge da psicanálise na medida em que considera o ser humano um ente cuja preocupação principal consiste em realizar um sentido, e não na mera gratificação e satisfação de impulsos e instintos, ou na mera reconciliação das exigências conflitantes de id, ego e superego, ou na mera adaptação e no ajustamento à sociedade e ao meio ambiente (Frankl, 1997, p. 95).

Se a principal preocupação do homem é buscar sentido, bem como se esta busca é a principal força motivadora do homem, então o contrário também é verdadeiro: Um homem que não conhece o sentido de sua vida perde o mais importante do seu ser, tem uma vida incompleta, ignora o que é mais relevante.

Diante do exposto, o leitor pode se perguntar: Qual é, então, o sentido da vida? Teria Viktor Frankl respondido a esta pergunta que há tanto tempo intriga aos filósofos? Eis o que ele afirma:

Duvido que um médico possa responder esta questão em termos genéricos. Isto porque o sentido da vida difere de pessoa para pessoa, de um dia para outro, de uma hora para outra. O que importa, por conseguinte, não é o sentido da vida de um modo geral, mas antes o sentido específico da vida de uma pessoa em dado momento (Frankl, 1997, p. 98).

Portanto, Viktor Frankl não tem uma fórmula mágica ou uma verdade pronta sobre o sentido o qual crê ser presente na vida de qualquer indivíduo, mas convida cada pessoa a buscar a direção para onde caminhar, aquilo que direcionará sua vida. E não só isso, mas seria mais correto afirmarmos que existem *sentidos* para a vida, pois ele muda sempre. Desta maneira, Frankl passa a responsabilidade para a pessoa, esquivando-se da responsabilidade de definir aquilo que é íntimo, pessoal, jamais genérico. Mas Frankl não deixa seus leitores desamparados a partir desta informação e fornece caminhos que o paciente pode seguir para encontrar o sentido:

De acordo com a logoterapia, podemos descobrir este sentido na vida de três diferentes formas: 1. criando um trabalho ou praticando um ato; 2. experimentando algo ou encontrando alguém; 3. pela atividade que tomamos em relação ao sofrimento inevitável (Frankl, 1997, p. 100).

Podemos perceber que as dicas de Frankl são bastante abrangentes, para não dizer genéricas, o que possibilita a qualquer indivíduo encontrar sentido a partir destas informações. Talvez a pessoa já tenha um sentido em sua vida através de uma dessas atividades e *não percebe*.

Embora poucas pessoas tenham o privilégio de trabalhar com aquilo que realmente gostam, muitos indivíduos fazem trabalhos diversos fora de seus empregos para preencher este vazio existencial, como Frankl mesmo diz. Sendo assim, uma advogada bem-sucedida pode ter como a principal atividade de sua vida ajudar crianças pobres, pois percebe que o sentido mais importante da vida não é, para ela, ganhar causas para seus clientes. Um homem que tem muito dinheiro é respeitado e admirado, pode se sentir frustrado ao ver que tudo isso, que (quase) todos buscam, não o satisfaz plenamente, e busca sentido em sua vida na religião, na filosofia, na filantropia.

O sentido também, segundo Frankl, pode ser encontrado numa experiência. Uma experiência não ocorre necessariamente num momento específico, mas pode ser constante, tal como o prazer de conhecer a Deus por meio das artes. Para outros, a busca pelo conhecimento pode constituir o sentido, embora, por trás da busca, deve haver outro motivo, pois a busca pela busca pode levar à frustração, pois o indivíduo não saberá o que fazer com tanto conhecimento. Ou então o sentido pode ser outra(s) pessoa(s). Sbragia afirma:

Segundo a Logoterapia, a autotranscendência do existir humano consiste no fato essencial de o homem sempre “apontar” para além de si próprio, na direção de alguma causa a que serve [...]. E é somente na medida em que o ser humano se autotranscende que lhe é possível REALIZAR-SE – tornar REAL – a si mesmo (Sbragia, 2003, p. 93).

Ou, por fim, o sofrimento pode ajudar uma pessoa a encontrar o sentido de sua vida. Não há dúvidas de que as terríveis experiências de Frankl nos campos de concentração foram fundamentais para que ele formulasse este conceito. Isto não significa que o homem deva procurar o sofrimento para encontrar o sentido, mas que ele pode encontrar o sentido *apesar* do sofrimento. Frankl tem a palavra:

Se a vida se nos apresenta pura e simplesmente plena de sentido, então resultará mais tarde que também o sofrimento será integrado no sentido, fará parte do sentido da vida. E finalmente resultará que também o morrer pode ter um sentido – que pode ser pleno de sentido morrer “sua morte” (Frankl, 1990, p. 95).

Ou seja, o sofrimento e a morte só podem ter sentido, ou estão contidos no sentido, porque são partes inevitáveis da vida. Portanto, já que *toda* a vida tem sentido, em *todos* os momentos, então no sofrimento o sentido também pode ser contemplado, assim como em todos os momentos de *não-sofrimento*. É muito importante enfatizarmos isso, já que, se o sentido for encontrado apenas durante o sofrimento, o que fará o homem quando parar de sofrer? Perderá o sentido? Certamente não deve ser assim.

1.2. Intenção paradoxal

Outro fundamento da logoterapia a ser falado é a chamada *intenção paradoxal*. Como ela visa curar neuroses não oriundas da falta de sentido, aquelas que Frankl chama de *neuroses noogênicas*, é notório que ela não constitui um fundamento tão relevante na logoterapia como a descoberta do sentido da vida, embora seja importante na cura de neuroses. Vejamos como Frankl fala da intenção paradoxal:

A logoterapia baseia a sua técnica denominada “intenção paradoxal” no fato duplo de que o medo produz aquilo de que temos medo e de que a intenção excessiva impossibilita o que o desejamos. Em alemão, descrevi a técnica de intenção paradoxal já em 1939. Nesta abordagem, o paciente que sofre de fobia é convidado a intencionar precisamente aquilo que teme, mesmo que apenas por um momento (Frankl, 1997, p. 108).

A intenção paradoxal leva o paciente a fazer ou a desejar as coisas que ele teme (Cf. Frankl, 2005, p. 108). Frankl demonstra que o medo do medo, ou seja, o medo de sentir medo, aumenta o medo (Cf. Frankl, 2005, p. 106). O paciente que tem medo de avião deve pensar o máximo que puder no avião caindo, até que ele mesmo perceba o quão engraçada é a situação, ria de si mesmo e o medo se torne algo ridículo. É claro que este é um exercício que o próprio paciente faz, após ser orientado pelo logoterapeuta, pois se o médico ridicularizar o medo que a pessoa tem, os efeitos não serão bons e ela, provavelmente, se sentirá ofendida, menosprezada, incompreendida.

O indivíduo que tem TOC (transtorno obsessivo-compulsivo) deve repetir o seu *ritual* o máximo que conseguir, até a situação tornar-se absurda para o próprio paciente e ele se livrar do problema. Ou seja, se antes ele tentava não repetir a ação, agora ele deve repetir exageradamente, e acabará não conseguindo, livrando-se, aos poucos, do seu TOC.

1.3. Derreflexão

A logoterapia também tem em sua base a chamada derreflexão, a qual consiste em tirar a atenção do paciente daquilo a que ele está excessivamente focado. Por exemplo, um atleta tem que vencer outros concorrentes, extremamente preparados, e milésimos de segundo, numa corrida ou numa competição de natação, constituem a barreira entre o sucesso e o fracasso, entre a fama e o anonimato. Isso deixa o atleta extremamente ansioso e ele não consegue demonstrar toda a sua capacidade durante a prova. A logoterapia o recomenda tirar o foco dos outros concorrentes, a não ter como objetivo ser melhor do que os demais atletas, mas focar em si mesmo, vencer a si próprio, superar seus limites. Ao fazer assim, a vitória será um *efeito colateral*, uma consequência natural da superação do atleta (Cf. Frankl, 2005, p. 90). Outro exemplo é a relação sexual insatisfatória, onde o homem pode não conseguir relacionar-se com sua mulher pela ansiedade de satisfazê-la e a mulher pode não conseguir chegar ao ápice, ao orgasmo, justamente pela cobrança da sociedade que existe neste sentido. “... é um princípio da logoterapia que quanto mais alguém busca um prazer tanto mais ele o perde” (Frankl, 2005, p. 137). A derreflexão tira o foco do alvo, o orgasmo feminino, por exemplo, e leva o casal a se acariciar sem compromisso com qualquer objetivo, a fazer isso com amor, e todo o prazer viria naturalmente, decorrente de um ato sexual que não tenha como meta o que quer que seja.

1.4. Outros

Por fim, a logoterapia também trabalha com a apelação e a técnica de ganhos e perdas. No primeiro item citado, Frankl entende que o indivíduo, por mais que esteja afetado pela neurose ou até por um estado profundo de psicose, conserva uma natureza espiritual que não é afetada. Esta parte deve ser trazida à tona, com o logoterapeuta destacando a capacidade do homem de sentir, de amar, de chorar, de ser humano, o que

demonstrará ao paciente que ele tem a capacidade de vencer e que sua parte mais importante não adoeceu. No segundo item citado, o paciente, diante de momentos difíceis, marcantes, que podem levá-lo a mudar sua direção bruscamente, é convidado pelo médico a fazer um balanço da sua vida até o momento. Com isso, o paciente vê que sua vida não é constituída somente por coisas negativas e derrotas, percebe que as experiências boas estão armazenadas no passado, e ninguém poderá mudar este fato, e ganha força para, dali em diante, tomar decisões maduras e continuar com sua trajetória.

2. O SENTIDO NAS SITUAÇÕES EXTREMAS: A EXPERIÊNCIA DE FRANKL NOS CAMPOS DE CONCENTRAÇÃO

Ao contrário do que possa parecer, a vida pode ter sentido em qualquer situação, segundo Frankl, mesmo nos momentos mais extremos. O sofrimento terrível pelo qual passam muitos seres humanos, em todas as épocas, perturba muitos pensadores, os quais perguntam o porquê do homem passar por momentos tão terríveis e cruéis.

Um dos pontos importantes destacados por Frankl é que o ser humano não precisa estar com suas necessidades básicas satisfeitas para pensar num sentido para a sua vida. E devemos ouvi-lo com muita atenção, pois suas ideias não foram construídas em confortáveis poltronas ou somente nas cadeiras das universidades, mas em quatro campos de concentração, em meio a um sofrimento inexprimível. Vejamos o que ele afirma:

[...] as pessoas podem encontrar, e cumprir, um sentido em suas vidas, independente de sexo ou idade, QI ou formação educacional, ambiente ou estrutura de caráter e, finalmente, independente do fato de a pessoa ser ou não religiosa, e, se ela for, independente da Igreja à qual ela pertença (Frankl, 1991, p. 259).

Destacamos, na citação, a palavra *ambiente*. Isso quer dizer que o lugar onde a pessoa está inserida, seja muito bom ou muito ruim, não faz o sentido desaparecer, pelo menos não em todos os indivíduos. Frankl questiona a hierarquia das necessidades instituída por Maslow, onde as necessidades fisiológicas estão na base da pirâmide, enquanto as mais elevadas, de auto-realização, estão no topo, como se fossem etapas a serem seguidas e, sem as necessidades básicas supridas, o homem não pensaria em um sentido para a sua vida. Para Frankl, mesmo na situação mais extrema de adversidade o homem pensa sim no sentido, como vemos:

Portanto, uma vez que tanto a satisfação como a frustração das necessidades mais baixas podem provocar o homem a procura de um sentido, devemos concluir que a necessidade de um sentido é independente das outras necessidades (Frankl, 2005, p. 27).

Todavia, a dura experiência de Frankl nos campos de concentração o fez perceber que apenas poucas pessoas conseguem conservar o sentido para a sua vida, extraindo do íntimo da sua natureza mais elevada algo que transcenda aquela situação imediata.

[...] não é verdade que a vivência do campo de concentração impulsiona com necessidade fatal o homem para a regressão, portanto, obrigado-o a um retrocesso interior. Eu conheço muitos casos – e pode também tratar-se de

casos isolados, mas que tem profundo (SIC) força comprobatória – nos quais as pessoas envolvidas, ao invés de regredir, de retroceder, progrediram muito mais interiormente, nas quais, pelo contrário, ascendiam interiormente à verdadeira grandeza humana, precisamente no campo de concentração, precisamente através da vivência do campo de concentração (Frankl, 1990, p. 100).

É uma realidade perturbadora para a nossa vida relativamente confortável que alguém possa descobrir algo de si mesmo, de mais elevado, em meio à fome, espancamento, miséria e total falta de respeito à condição humana. Todavia, se nem mesmo o sofrimento extremo pode tocar, se a pessoa decidir-se a tal, em sua *grandeza humana*, temos que reconhecer que ela realmente é muito profunda, que está muito além das nossas emoções de alegria e tristeza, está muito bem guardada, sendo acessada apenas pelo próprio indivíduo.

Ao chegar ao campo de concentração, Frankl demonstra que a primeira reação que se tem é de choque. O simples soar da palavra Auschwitz, avistada pelos prisioneiros ao chegarem ao local, poderia causar pavor, desespero, choro. Após isso, temos o seguinte:

O tipo de reação que acabamos de caracterizar começa a se alterar depois de poucos dias. Após o primeiro estágio de choque, o prisioneiro passa para o segundo estágio, a fase de relativa apatia. A pessoa aos poucos vai morrendo interiormente (Frankl, 1997, p. 29).

Parece que a intensidade do sofrimento é proporcional ao tempo, curto, em que a apatia se instala no indivíduo e à rapidez com a qual ele vai perdendo a vontade e o sentido de continuar vivo. Separado de sua família, se alimentando mal, trabalhando como escravo, apanhando gratuitamente, não tendo as devidas condições de higiene, como conservar, assim, o sentido para a vida?

Uma das respostas de Frankl é a capacidade que o homem tem de tomar decisões, capacidade esta que não se extinguiria em momento algum, embora ele possa ter opções reduzidas. Vejamos:

Em princípio, portanto, toda pessoa, mesmo sob aquelas circunstâncias, pode decidir de alguma maneira no que ela acabará sendo, em sentido espiritual: um típico prisioneiro de campo de concentração, ou então uma pessoa humana, que também ali permanece sendo ser humano e conserva a sua dignidade (Frankl, 1997, p. 67).

Em outras palavras, cabe ao homem decidir se permanece humano ou não. Entendemos que a capacidade de decidir, segundo Frankl, faz parte daquela natureza mais espiritual do indivíduo, aquele elemento que não pode ser tocado por nada externo se a própria pessoa não quiser, se ela a guardar no seu íntimo, preservando seus valores.

Mas para que continuar a viver nestas condições? Que interesse teríamos em continuar vivos sendo tratados como se fôssemos os piores seres que existem nesta vida? Frankl continua nos desafiando e tem uma palavra a respeito disto:

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 (Frankl, 1997, p. 66).

A resposta indireta de Frankl à nossa questão é que há algo mais importante em nossa natureza, que nenhuma circunstância pode macular. Esta capacidade de decidir, a verdadeira liberdade, é o que nos faz verdadeiramente humanos, o que mantém a nossa dignidade mesmo quando tentam tirá-la. Frankl também nos responde, de modo sutil, que o amor é sim o que nos dá sentido para viver, pois na situação caótica de fome no campo de concentração, ainda havia pessoas que preservavam a identificação com o próximo, sendo capazes de sorrir, de dar uma palavra de ânimo, de compartilhar o restante do alimento com o irmão.

Frankl expõe mais razões:

[...] Poderíamos dizer que a maioria das pessoas no campo de concentração acreditava terem perdido as verdadeiras possibilidades de realização, quando na realidade elas consistiam justamente naquilo que a pessoa fazia dessa vida no campo: vegetar com os milhares de prisioneiros ou, como uns poucos, vencer interiormente (Frankl, 1997, p. 72).

O que é vencer interiormente? É não deixar os valores irem embora junto com o nosso conforto, é não perder a fé com a morte de alguém amado, é não aceitar que a dor faça de nós uma pessoa amarga. O nível a que Frankl nos convida a avançar realmente é muito profundo, pois realmente qualquer um de nós acreditaria, muito provavelmente, num campo de concentração, como Frankl fala, que as nossas possibilidades de realização se perderam.

A capacidade humana de apreciar o que é belo, intelectual, o que é artístico, faria também a diferença. Este sentimento também fez a diferença entre os presos, como vemos: “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” (Frankl, 1997, p. 42). Nas entrelinhas, aquele homem que contemplava na vida somente o que é material, estaria perdido numa circunstância extrema. Que esperança lhe restaria? Por outro lado, aquele que conseguia ver na vida algo além de átomos, tempo, acaso, caos, vivia incomparavelmente melhor, interiormente, contrariando toda a lógica, surpreendendo aos que estavam presentes.

A fé também seria uma resposta à permanência de propósito onde impera o caos. Frankl ratifica:

O interesse religioso dos prisioneiros, na medida em que surgia, era o mais ardente que se possa imaginar. Não era sem um certo abalo que os prisioneiros recém-chegados se surpreendiam pela vitalidade e profundidade do sentimento religioso (Frankl, 1997, p. 40).

A fé destas pessoas tinha uma maturidade muito grande, pois elas sabiam que os homens poderiam ser cruéis, mas Deus teria a palavra final. Elas sabiam que o sofrimento não era sinônimo da ausência de Deus, tampouco do seu amor. Isto nos ensina que, para Frankl, o sentido principal da vida de um indivíduo não deve ser o sucesso, a saúde, o ganhar dinheiro, mas algo que transcenda a tudo isso, algo que tenha

o envolvimento de valores profundos, que não possa ser abalado com os acontecimentos adversos da vida.

3. OUTRAS CONSIDERAÇÕES SOBRE O SENTIDO DA VIDA

Os trabalhos de Frankl falam abundantemente do sentido da vida, pelo que não queremos deixar passar em branco nenhum aspecto que ele destaca. A quantidade enorme que o sentido ocupa nas obras de Frankl demonstra que ele é o elemento mais fundamental da logoterapia e da própria vida de Frankl, se é que é possível separar um do outro.

Um dos pontos interessantes deste capítulo é a crítica de Frankl à moderna sociedade consumista, onde a economia é a ciência que direciona a vida do indivíduo, e o jovem já é preparado para ter como principal sentido da sua vida o sucesso profissional. Desde cedo já existe a obrigação da pessoa aprender outro idioma, ter conhecimento de informática e é bom que já vá se decidindo sobre qual carreira seguir. Vejamos o que Frankl afirma:

Sem dúvida, a sociedade industrializada está sempre visando satisfazer todas as necessidades humanas possíveis, e seu fenômeno concomitante, a sociedade de consumo, visa até mesmo criar necessidades que possam depois ser por ela satisfeitas. Apenas a necessidade mais humana de todas, a necessidade de sentido, é frustrada pela sociedade (Frankl, 1992, p. 79).

Alguns afirmam que o marketing cria necessidades, enquanto outros dizem que o marketing apenas se aproveita das necessidades já existentes. Seja como for, segundo Frankl, a principal necessidade, essa sim preexistente, é deixada de lado, que é a necessidade de sentido. A principal consequência é: “Em nossos dias um número cada vez maior de indivíduos dispõe de recursos para viver, mas não de um sentido pelo qual viver” (Frankl, 2005, p. 15).

Talvez isso explique parcialmente o porquê de termos tantas pessoas bem-sucedidas, mas infelizes. Frankl demonstra que a falta de sentido é um fator relevante que conduz muitos jovens ao uso de drogas (Cf. Frankl, 2005, p. 21). Os pobres usam crack e maconha e os ricos ecstasy e cocaína. Uns mais *sofisticados*, outros sem *grife*, mas todos sem sentido.

Entretanto, como uma das principais prioridades do homem é a busca pelo prazer, continuaremos a ter, a partir das conclusões de Frankl, uma sociedade com um alto percentual de pessoas frustradas. Mesmo já tendo alcançado tudo o que desejavam, será que algumas pessoas não temem parar com tudo o que estão fazendo por não saberem o que fazer com o que conquistaram? Será que não se apavoram diante da possibilidade de pensar que tudo o que construíram não trouxe os resultados que desejavam e não as fez felizes? Frankl fala sobre isso:

Na realidade, a existência humana sempre já vai além de si mesma, já está sempre indicando um sentido. Neste sentido o que importa à existência humana não é prazer ou poder, nem tampouco auto-realização, mas antes o cumprimento de sentido. Na logoterapia falamos de uma vontade de sentido (Frankl, 1992, p. 61).

Todavia, como falar de algo tão espiritual, com um cunho filosófico, para uma sociedade regida pela economia? Se a falta de sentido produz neuroses, como Frankl afirma, é necessário que a sociedade perceba-se doente para que mude seus hábitos. As prioridades somente serão revistas quando as pessoas perceberem que estão doentes por mudarem aquilo que já veio preestabelecido.

Se em Freud a busca por sentido é neurose, em Frankl a vida sem sentido é neurótica. Vejamos:

Frustração existencial também pode resultar em neuroses. Para esse tipo de neuroses, a logoterapia cunhou o termo “neuroses noogênicas”, a contrastar com as neuroses na significação habitual da palavra, isto é, as neuroses psicogênicas. As neuroses noogênicas têm sua origem não na dimensão psicológica, mas antes na dimensão “noológica” (do termo grego noos que significa “mente”) da existência humana (Frankl, 1997, p. 93).

A neurose não só é gerada pela falta de sentido, mas também quando o homem toma o *sentido errado*. Se o sentido correto é em direção ao próximo, qualquer sentido que inverta este valor e se volte para coisas fúteis e passageiras, certamente resultará também em uma existência neurótica. Por isso, o homem deve viver cada momento de sua vida com um sentido e este seria, portanto, o maior indício de saúde mental e de humanidade do homem. Frankl é claro quanto a isto:

Sigmund Freud, é verdade, escreveu uma vez que “no momento em que alguém pergunta sobre o sentido ou o valor da existência, está doente”; mas eu penso que é nesse momento que o indivíduo manifesta sua humanidade. É um empreendimento humano o interrogar sobre um sentido para a vida, e cabe perguntar se tal sentido é alcançável ou não (Frankl, 2005, p. 80).

Frankl, novamente, faz uma aproximação da psicologia e da teologia, como vemos:

O homem não é, como as teorias predominantes da motivação gostariam que acreditássemos, um ser basicamente levado a gratificar suas necessidades e a satisfazer seus impulsos e instintos e assim a manter ou restaurar a homeostase, isto é, o equilíbrio interno. Ao contrário, o homem – por força da qualidade autotranscendente da realidade humana – basicamente procura expandir-se para fora de si, seja em direção a um sentido a realizar, seja em direção a um outro ser humano a quem busca para um encontro de amor (Frankl, 2005, p. 74).

É claro que o homem precisa satisfazer certos instintos e gratificar necessidades, mas Frankl quer dizer que a vida não é apenas isso. Este encontro de amor em direção ao outro é muito semelhante à declaração de Paulo, quando diz: “Porque toda a lei se cumpre numa só palavra, nesta: Amarás ao teu próximo como a ti mesmo” (Gl 5,14). Paulo, como judeu conhecedor da Torá, está dizendo que aqueles 613 mandamentos, que falam de diversas situações da vida, que tratam de alimentação, rituais de purificação, punições a crimes, regras para relacionamentos, compra e venda de propriedades e muitos mais, têm como objetivo o indivíduo, o próximo, o bem-estar do homem, o amor àquele que é como nós. Em Paulo, o objetivo da lei mosaica é o amor, em Frankl, o objetivo da vida é o encontro com o próximo, também em amor. Não estão os dois dando as mãos no que se refere ao propósito principal da vida?

4. O HOMEM E O LIVRE-ARBÍTRIO

Novamente a logoterapia dá as mãos para a teologia e para a filosofia ao falar do livre-arbítrio dentro da psicologia. Afinal, um dos temas mais debatidos nestes dois campos de conhecimento é justamente a liberdade humana e o destino, a predestinação e o livre-arbítrio, o fatalismo e a responsabilidade do homem.

Dependendo da opinião que o cientista tiver, isso influenciará a sua orientação ao seu paciente quanto à cura de suas neuroses. Vemos isso em Frankl quando critica um exemplo de terapia onde uma mulher divorciada estava com raiva e magoada com o ex-marido e foi-lhe sugerido, pelo líder do grupo, que ela furasse um balão cheio de oxigênio para descarregar sua raiva. Ou seja, o balão seria o substituto do ex-marido, o qual, por razões óbvias, não poderia ser o verdadeiro alvo de sua fúria. Frankl demonstra que este suposto alívio não é real, já que as razões da raiva ainda permaneceriam com ela (cf. Frankl, 2005, p. 62).

Frankl também demonstra que a pessoa pode escolher sua reação diante de sua agressividade, não sendo, necessariamente, controlada por este sentimento e fadada a ser vencida por ele, necessitando descarregar sua raiva em algo. Assim, a opinião de Frankl é que a pessoa não é escrava de suas emoções e pode tomar decisões diante delas, não sendo alguém predestinado a ter determinada reação (Cf. Frankl, 2005, p. 63). Já Freud pensa diferente, como David o declara:

A “educação do eu” a que a psicanálise visa parte de duas descobertas: a de que as pulsões sexuais não podem ser inteiramente domadas e a de que os processos mentais são em si inconscientes. Isso, então, leva-nos à assertiva: “O eu não é o senhor da sua própria casa”. Portanto, a psicanálise não é uma pedagogia (David, 2003, p. 27).

Viktor Frankl, com parecer contrário, tem a palavra:

De fato, não existe em meu psiquismo alguma coisa como uma agressividade que procure encontrar uma via de saída constringendo-me, como “simples vítima”, a encontrar objetos que se prestem à tarefa de expeli-la (Frankl, 2005, p. 64).

Com esta declaração, Frankl entende, assim como Paulo, que o homem pode ter domínio próprio (Gl 5,22). O domínio próprio só pode existir onde há uma vontade contrária aos meus valores e uma vontade superior, que domina a primeira. Se a vontade fosse uniforme, não haveria sentido em dominar a si mesmo. Isso concorda com o salmista, que pediu a Deus que colocasse um vigia na porta dos seus lábios (Sl 141,3), o que nos faz concluir facilmente que temos a vontade de falar coisas indesejáveis, mas que a nossa vontade superior sabe que não devemos falá-las. Platão, em sua República, também enfatizou a importância do domínio de si:

Mas esta expressão parece-me significar que na alma do homem há como que uma parte melhor e outra pior; quando a melhor por natureza domina a pior, chama-se a isso “ser senhor de si”, o que é um elogio, sem dúvida; porém, quando devido a uma má educação ou companhia, a parte melhor, sendo menor, é dominada pela superabundância da pior, a tal expressão censura o fato como coisa vergonhosa, e chama ao homem que se encontra nessa situação escravo de si mesmo e libertino (Platão, 2009, p. 125).

Em uma sociedade saudável, onde as pessoas respeitam o direito das outras e conhecem seus limites, a temperança é uma característica fundamental, seja motivada pelas leis, pela ética, pela religião, pela consciência. Como o próprio Platão falou, ao ser “senhor de si”, o homem, automaticamente, é “escravo de si”, pois, sendo ele só uma pessoa, ao mesmo tempo se domina e é dominado. Todavia, ele só é considerado escravo de si se for dominado por sua parte ruim, e é considerado senhor se sua parte boa dominar a parte maléfica.

Em Frankl não é correto buscar a origem de uma atitude errada num trauma infantil, numa decepção forte ou em qualquer experiência negativa, pois, em tudo isso, o ser humano ainda tem a última palavra sobre o que fará. “O que importa numa determinada situação é a atitude pessoal diante dos impulsos agressivos impessoais, mais que os impulsos como tais” (Frankl, 2005, p. 65). Não que ele negue que as experiências influam na personalidade do indivíduo, mas o cerne da questão está em que, não importando o que tenha vivido, a pessoa permanece livre para tomar a decisão que achar melhor. Há em nós uma parte mais elevada do que os nossos impulsos, a qual tem autonomia sobre o que fazer com ele.

Não se pode conceber algo que condicione o ser humano a ponto de deixá-lo sem a menor liberdade. Por isso, um resíduo de liberdade, por mais limitado que seja, ainda resta à pessoa em caso de neurose ou mesmo de psicose. Na verdade, o mais íntimo cerne da personalidade de um paciente nem é tocado pela psicose (Frankl, 1997, p. 113).

Se esta concepção se tornar um paradigma, até mesmo os tribunais mudarão certos aspectos dos julgamentos de crimes, pois nem mesmo um problema mental sério poderia se tornar justificativa para um crime. O que se vê nas mídias de massa, todavia, é que muitas vezes há uma justificativa para comportamentos criminosos, onde uma hora o criminoso tem um problema mental, outra hora tomou um *remédio forte* e assim por diante. Frankl diz que

Explicar totalmente o crime de alguém seria o mesmo que eliminar sua culpa e vê-lo não como uma pessoa humana livre e responsável, mas como uma máquina a ser consertada. Até os próprios criminosos detestam este tratamento e preferem ser considerados responsáveis pelo que fizeram (Frankl, 1997, p. 126).

Com este paradigma, o caminho que a logoterapia segue é o de chamar o paciente à responsabilidade, conscientizá-lo de que ele não deve se esquivar daquilo que faz, jogando a culpa na doença. Vejamos: “... a psicoterapia, e em especial a logoterapia, deve tratar de restabelecer a responsabilidade particular do doente, fortalecendo para isso a sua consciência da responsabilidade ...” (Frankl, 1991, p. 212). A doença pode ofuscar, de certo modo, a responsabilidade da pessoa diante de suas ações e até a sua personalidade, mas, ao ser *resgatada*, ela também seria um forte aliado no combate da neurose e da psicose.

E Frankl insiste na total responsabilidade do homem diante do que faz, do que é, do que sente: “O homem não deixará de odiar enquanto lhe for ensinado que são os impulsos e mecanismos que o fazem odiar. E, no entanto é ele que odeia!” (Frankl, 2005, p. 66). Eu sou diferente do meu impulso? Para Frankl, sim. Todavia, o impulso faz parte de mim,

embora exista algo mais elevado do que ele, capaz de sobrepujá-lo. Existe algo dentro de mim que me impulsiona a odiar alguém? Frankl não nega. Sou, portanto, destinado a odiar? Frankl discorda desta conclusão. Se for *eu quem odeia* e não *o meu impulso*, há algo na natureza humana que a impulsiona para um caminho e algo que pode seguir o caminho oposto. Não estamos, portanto, diante daquilo que Paulo fala aos romanos, que há *duas leis* dentro do homem, uma querendo fazer o bem e outra querendo fazer o mal? (Cf. Rm 7:21-23).

5. O PAPEL DA CONSCIÊNCIA NA LOGOTERAPIA

Se Frankl contempla o homem como um ser espiritual em sua natureza, origem e direção, não temos dúvidas de que a sua visão da consciência também segue na mesma linha de raciocínio, já que ela também é parte deste todo.

Frankl usa argumentos filosóficos para falar da consciência humana:

Bem, sou senhor da minha vontade pelo fato de ser homem, contanto que entenda corretamente este meu ser-homem, que é ser livre e plenamente responsável. Se, além disso, devo “ser servo da minha consciência”, e para que eu possa sê-lo, esta consciência deve ser então algo diferente, algo mais do que eu; tem que ser algo superior ao homem, o qual apenas ouve a “voz da consciência” (Frankl, 1992, p. 40).

Reconhecemos que este tema não é de fácil discussão. Pode haver argumentos contrários ao de Frankl, tomando por base as diferenças culturais, religiosas, de criação e muitas outras que podem moldar a consciência do indivíduo. Um religioso fundamentalista pode matar uma pessoa por obedecer à sua consciência. Outro religioso pode ser generoso por obedecer à mesma consciência.

Os conceitos mudam tanto com o passar do tempo e são tão diferentes de uma cultura para outra, que, se este conceito de *servir a consciência* for aceito unilateralmente, sem considerar outras variáveis, podemos ter problemas sérios. Obedecer à voz da consciência cegamente pode sugerir que ela é perfeita. Todavia, se é impossível que as consciências de duas pessoas sejam idênticas, logo este ponto de vista deve ser visto com ressalvas.

Peale e Blanton ilustram o debate com um exemplo:

Uma certa mulher pertencia, quando criança, a uma família que participava de uma pequena seita religiosa que proibia roupas alegres e jóias [...]. Depois que esta mulher saiu de casa abandonou estas crenças e começou a usar roupas alegres e jóias, mas admitia que nunca conseguia botar um vestido alegre ou um colar – e isto mesmo depois de muitos anos – sem sentir uma pontada de culpa (Peale; Blanton, 1950, p. 66).

Este exemplo sugere que a nossa consciência está longe de ser perfeitamente racional e ética, mas muitas vezes é incoerente, estranha, nos incomodando por atos inocentes que fazemos. As impressões que recebemos durante a nossa infância, quando éramos praticamente uma *folha branca*, não são apagadas com facilidade na fase adulta. Paul Tournier reforça: *Pais austeros sugerem, tanto por seu comportamento, quanto por suas conversas, que tudo que dá prazer é pecado [...]. Não podem gozar de nada sem um certo sentimento de culpa que estraga o prazer* (Tournier, 1985, p. 11).

Mas, por outro lado, como entendemos que Frankl tem razão ao falar de uma natureza espiritual do homem, não entendemos ser coerente ver a consciência humana apenas como uma produção cultural, mas com um aspecto e origem mais elevados.

Se concordarmos que a consciência pode ser afetada pela cultura, o que a relativiza de certa forma, temos que dizer, em contrapartida, que há valores universais e atemporais, os quais independem de época e cultura. Voltaire concorda com isso, pois afirma o seguinte: “Sentis todo igualmente que dar o supérfluo do vosso pão, do vosso arroz ou da vossa mandioca ao pobre que humildemente o pede é melhor do que matá-lo ou furar-lhe os olhos” (Voltaire, 1984, p. 229). E o contexto da abordagem de Voltaire é de uma ética universal e esta frase confirma: *É preciso repetir todos os dias a todos os homens: ‘A moral é uma, vem de Deus; os dogmas são diversos, vêm de nós’* (Voltaire, 1984, p. 229).

Em um país o homem pode ter quatro esposas e em outro apenas uma, e em ambos as pessoas praticarão uma ou outra coisa com suas consciências tranquilas. Mesmo em culturas onde se possam matar os filhos por motivos religiosos, como os antigos que ofereciam os infantes ao deus Moloque, isso não era feito para maltratar o bebê, mas havia a intenção de agradar a citada divindade. Mesmo em uma cultura assim não seria aceito, jamais, fazer violência a alguém de maneira gratuita. Em uma cultura pode ser normal se abster de certos alimentos, enquanto em outra as pessoas comem estes mesmos alimentos, mas, se analisarmos as duas, em nenhuma delas será normal pegar uma pessoa qualquer na rua, enclausurá-la e matá-la de fome sem motivos.

Poderíamos encher várias páginas com exemplos assim, chocantes, mas o nosso intuito é mostrar que, sem entrar na questão de quais são, há sim valores universais, e quando os quebramos a nossa consciência nos informa claramente. Se for assim, teríamos sido nós mesmos quem criamos estes valores? Os tiramos de onde? Das religiões? Das filosofias? Das tradições? Se essas fossem as origens destes valores, eles não poderiam ser universais e atemporais. Se são, e devem vigorar enquanto o homem estiver na Terra, podemos concluir que Frankl tem razão ao ver na consciência algo além do humano, pois, se fossem apenas algo do homem, os valores universais mudariam constantemente, já que não há nada tão mutável como a nossa sociedade.

Frankl reforça sua visão sobre a consciência:

A consciência como um fato psicológico imanente já nos remete, por si mesma, a transcendência; somente pode ser compreendida a partir da transcendência, somente como ela própria, de alguma forma, constituindo um fenômeno transcendente (Frankl, 1992, p. 41).

A palavra *transcendência* deve ser destacada no texto, pois é mais uma prova de que Frankl não separou a espiritualidade da ciência. Esta dicotomia não aparece em seus escritos, ao menos não nos que estão sendo abordados neste trabalho. Isso significa que ela está além do que é meramente humano, das explicações científicas, do empirismo, do entendimento racional do homem. Assim, mais uma vez, notamos que Frankl não aceita a posição reducionista das ciências tradicionais ao explicarem tudo apenas pelo aspecto material, o que, no caso da consciência, significa vê-la apenas como consequência da nossa criação, do nosso convívio social, daquilo que um dia alguém censurou e virou errado para nós.

Sua fala não deixa dúvidas sobre sua crítica a esta concepção:

Nenhum superego, nenhum ego-ideal poderia ser eficaz, se procedesse simplesmente de mim mesmo, se fosse apenas um modelo criado por mim, e não, de alguma forma, algo dado, preexistente; jamais poderia ser eficaz se se tratasse unicamente da minha própria invenção (Frankl, 1992, p. 45).

Sendo assim, o superego não seria o oposto do Id, e o ego apenas um meio de equilibrar os dois, mas a nossa natureza seria algo muito mais complexo, elevado, espiritual. Aqui chama-nos a atenção a palavra *preexistente*. Alguns teólogos do cristianismo, como Orígenes, falaram sobre a preexistência da alma, o que significa que a alma já existia, em algum lugar fora do mundo físico, antes do corpo ser formado. Mas parece-nos que não é isso que Frankl está dizendo. Sua fala leva-nos a entender que o conceito de consciência, sua ideia, sua forma original, como algo que independe das criações do homem, é algo que já existe antes do ser humano, que o homem já foi projetado por Deus para ter uma consciência que seja um norte para sua vida.

A visão que Frankl tem da consciência é uma forma de demonstrar que o homem foi criado para ter um padrão de conduta pré-estabelecido, e a consciência seria um instrumento que *avisaria* ao homem quando ele se desviasse da rota. Vejamos como ele expressa isso mui claramente:

Ter uma consciência tranqüila não pode nunca ser o motivo da minha bondade e sim apenas a sua consequência. Seguramente, uma consciência tranqüila é, conforme diz o ditado, o melhor travesseiro; apesar disso, nós devemos evitar fazer da moral um sonífero e da ética um tranqüilizante (Frankl, 1991, p. 65).

Ou seja, eu não posso ser bom apenas pelo interesse em ter uma consciência que me beneficie com paz, mas, ao contrário, devo ser bom e ponto. A *consciência tranqüila* deve ser apenas um efeito da minha bondade. Esta declaração é mais uma das várias evidências de que, na logoterapia, não há separação entre psicologia e teologia, entre psicologia e filosofia, entre psicologia e ética, entre psicologia e fé. Do ponto de vista ético, Frankl sempre reprova a atitude de fazer o bem, de ter fé, de ter uma religião para receber os benefícios psicológicos oriundos de tais práticas. Do ponto de vista da teologia, o homem teria sido criado com uma consciência e natureza espiritual para fazer o bem. E do ponto de vista da filosofia, de argumentos racionais, a consciência não pode ser uma invenção humana, pois, do contrário, não seria eficaz.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

A leitura dos principais trabalhos de Frankl nos permitiu refletirmos sobre a posição materialista que é tomada por muitas ciências, fazendo desta postura praticamente um paradigma, algo que está intimamente relacionado ao fazer ciência, como se fossem inseparáveis. Frankl nos provoca com suas conclusões e entendemos que seus trabalhos devem ser mais conhecidos dentro da própria psicologia, mais ainda por outros cientistas e também pela comunidade, duma maneira geral.

Não podemos ignorar que a convicção de Frankl sobre o sentido da vida é muito forte e que faz todo o sentido que a vida tenha um sentido (desculpe-me pela redundância).

Mesmo o materialista mais convicto busca sentido para aquilo que faz, pois o sentido está em tudo, em tudo o que fazemos, em tudo o que buscamos, em todas as nossas relações, propósitos, sonhos. Se é assim, por que a vida não teria sentido? Se encontramos sentido em cada parte, por que o todo não teria uma direção?

Assim, encerramos nossa breve exposição sobre Frankl e a logoterapia expressando o desejo de que as pessoas busquem sentido para as suas vidas em direção ao próximo, e tenham como consequência natural a auto-realização, a felicidade tão perseguida em nosso tempo, e tão pouco encontrada, pois, quando ela é o principal alvo de nossas vidas, escapa pelos nossos dedos.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- DAVID, Sérgio Nazar. *Freud & a religião*. Rio de Janeiro: Jorge Zahar Editor, 2003.
- FRANKL, Viktor E. *A questão do sentido em psicoterapia*. Campinas: Papirus, 1990.
- FRANKL, Viktor E. *A psicoterapia na prática*. Campinas: Papirus, 1991.
- FRANKL, Viktor E. *Em busca de sentido: Um psicólogo no campo de concentração*. 2. ed. São Leopoldo: Editora Sinodal; Petrópolis: Editora Vozes, 1997.
- FRANKL, Viktor E. *A presença ignorada de Deus*. 2. ed. Petrópolis: Editora Sinodal e Vozes, 1992.
- FRANKL, Viktor E. *Um sentido para a vida: Psicoterapia e humanismo*. 14. ed. Aparecida: Idéias & Letras, 2005.
- LOEWENSTEIN, Rodolphe. *Psicanálise do anti-semitismo*. São Paulo: Editora Senzala, 1968.
- PEALE, Norman Vincent; BLANTON, Smiley. *A solução está na fé*. 3. ed. Rio de Janeiro: Editora Record, 1950.
- PLATÃO. *A república*. 2. ed. São Paulo: Martin Claret, 2009.
- SBRAGIA, Ana Lucia de Paula Fonseca. *A contribuição de Viktor E. Frankl para a psicopedagogia: A busca do sentido da vida no sujeito aprendente*. (Monografia). São Paulo, Pontifícia Universidade Católica de São Paulo, 2003.
- TOURNIER, Paul. *Culpa e graça: Uma análise do sentimento de culpa e o ensino do evangelho*. São Paulo: Abu Editora, 1985.
- VOLTAIRE. Dicionário filosófico. In: _____. *Os pensadores*. 3. ed. São Paulo: Abril Cultural, 1984.