

FRANKL, Viktor Emil. **Em busca de sentido**. 44ª ed., S. Leopoldo: Editora Sinodal, Petrópolis: vozes, 2017. 184 p.

*Centro Universitário Presidente Tancredo de Almeida Neves*  
*Ana Clara Silva Moraes*  
[ana.moraes@grupocacel.com.br](mailto:ana.moraes@grupocacel.com.br)  
PIBIC/ UNIPTAN /FAPEMIG  
[Lattes.cnpq.br/http://lattes.cnpq.br/0517930916954201](http://lattes.cnpq.br/http://lattes.cnpq.br/0517930916954201)  
Orcid: <https://orcid.org/0000-0002-1602-9962>

*Centro Universitário Presidente Tancredo de Almeida Neves*  
*Stela Kassia Guimarães*  
[tetelaguimaraes@hotmail.com](mailto:tetelaguimaraes@hotmail.com)  
PIBIC/UNIPTAN/FAPEMIG  
[lattes.cnpq.br/ http://lattes.cnpq.br/9068119683534263](http://lattes.cnpq.br/http://lattes.cnpq.br/9068119683534263)  
Orcid:0000-0001-8941-7432

*Centro Universitário Presidente Tancredo de Almeida Neves*  
*José Mauricio de Carvalho (Dr.)*  
[josemauriciodecarvalho@gmail.com](mailto:josemauriciodecarvalho@gmail.com)  
PIBIC/ UNIPTAN /FAPEMIG  
[lattes.cnpq.br/0631305118814377](http://lattes.cnpq.br/0631305118814377)  
Orcid: 0000-0002-3534-5338

RECEBIBO 29/05/2019  
APROVADO 30/06/2019  
PUBLICADO 01/07/2019  
Editor Responsável: Carla Caldas  
Método de Avaliação: Double Blind Review  
E-ISSN: 2316-8080  
DOI:10.16928

Viktor Emil Frankl foi psiquiatra austríaco, de origem judaica, que viveu de 1905 a 1997. O tema fundamental da escola psicoterápica que ele criou é a descoberta do sentido da vida como estratégia de enfrentamento da frustração existencial e da neurose noogênica. Sentido é conceito nuclear na análise existencial porque é suporte e, simultaneamente, explicação genial para questões fundamentais da psicologia fenomenológica como o é realizar uma missão e descobrir uma razão para viver em consonância com o núcleo mais íntimo da personalidade. Descobrir um motivo para viver é, para os fenomenólogos, identificar o núcleo íntimo da personalidade que assegure a satisfação de viver e delimite a singularidade da existência. A descoberta do sentido existencial é a parte metodológica mais importante para enfrentar o vazio decorrente da frustração existencial de nosso tempo e suas conseqüências: a drogadicção, a depressão e a violência contemporâneas. Descobrir o sentido não significa colocar arbitrariamente algo para preencher a vida, pois o sentido é um propósito que mobiliza por inteiro e precisa estar em sintonia com as verdades íntimas da pessoa. 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 como verdadeiro.

O livro *Em busca de Sentido*, de Viktor E. Frankl é um best-seller mundial. Sua atualidade pode ser auferida pelas sucessivas edições que tem em todo o mundo. Foi escrito, segundo relata o autor em 9 dias, logo ao final da Segunda Grande Guerra, em 1945, mas conserva frescor e atualidade. A edição aqui utilizada tem apenas dois anos e sobre ela se renovam os estudos e comentários de especialistas.

A obra encontra-se dividida em três partes, sendo a primeira o relato das experiências de Frankl, como psicólogo, nos campos de concentração nazista por onde passou. Ele quer mostrar como era para o prisioneiro comum a vida nesses campos de prisioneiro. A parte inicial do livro foi subdividida em três tópicos, a segunda parte apresenta um resumo dos conceitos nucleares da análise existencial e a terceira traz uma síntese do que o autor denomina de otimismo trágico, uma confiança na construção do sentido apesar das dificuldades que ameaçam a existência.

No primeiro dos tópicos da primeira parte, Frankl comenta a chegada ao campo de Auschwitz e as diferentes reações e impressões dos judeus ao perceberem que estavam sendo trazidos para aquele lugar de onde, muito provavelmente, não sairiam vivos. Na estação de desembarque são recebidos pelos chamados *capos*, prisioneiros que tinham privilégios e aparentavam estar bem alimentados e dispostos. Esse contato permitia-lhes acreditar que a vida no campo não era tão ruim quanto se dizia. Logo na chegada dos prisioneiros havia uma seleção para separar os que pareciam saudáveis e os que não pareciam capacitados para o trabalho. Velhos e doentes nem chegavam a ser aprisionados eram encaminhados imediatamente para as câmaras de gás e ali encontravam a morte. Passando por essa seleção inicial, os prisioneiros eram levados para a desinfecção, onde lhes eram retirados todos os bens pessoais. Depois do banho coletivo seus corpos eram raspados. Naquele instante completava-se um processo de despersonalização que vinha com a consciência que, “nada possuímos a não ser, literalmente nossa existência nua e crua” (p.29). Sem objetos pessoais e com o corpo raspado quase nada restava que pudesse identificar o prisioneiro como o homem que antes fora. Naquele momento Frankl perdeu os manuscritos que lhe permitiria escrever os fundamentos da análise existencial, tarefa em que trabalhava antes de ser preso. O desejo de refazer esse texto tornou-se o propósito que o manteve vivo naqueles dias tão difíceis.

Frankl relatou, em seguida, os primeiros contatos dos prisioneiros com os agentes da SS e como o estado psicológico desses homens era influenciado pelas torturas e a vida desumana a que foram submetidos. Essas experiências os tornava amargos, comentou Frankl: “A maioria de nós é tomada de algo inesperado: humor negro” (p. 30). Ele avaliou que os limites que antes considerava como verdadeiros parâmetros de sobrevivência, descritos nos manuais de medicina como: horas de sono, práticas de higiene e resistência a ferimentos, na verdade não se verificaram. Frankl relata episódios surpreendentes que demonstravam como os prisioneiros se adaptavam e venciam situações consideradas impossíveis de suportar. O que melhor traduz essa experiência de superação, diz o psiquiatra, é que “nos dávamos conta da verdade daquela frase de Dostoievski, que define o ser humano como o ser que a tudo se adapta.” (p. 32).

Concluído o relato da recepção dos prisioneiros, Frankl descreve a rotina no campo marcada pela apatia dos prisioneiros. Ele menciona o desânimo em que viviam: “A pessoa, aos poucos, vai morrendo interiormente.” (p. 35). Outras sensações que experimentavam esses prisioneiros eram: o nojo pelo local insalubre que viviam e a saudade dos familiares. A violência, que no início era difícil de ser presenciada, de tão

comum, permitia que o prisioneiro se tornasse indiferente a ela: “Indiferente e já insensível, pode ficar observando-a sem se perturbar.” (p. 36).

A um certo momento Frankl menciona que os *capos* que guardavam os prisioneiros ficaram sabendo da sua profissão e, apesar de muitos não darem importância, e até punirem-no por isso, um deles mostrou-se reconhecido depois que o psiquiatra ouviu pacientemente o relato de suas dificuldades amorosas. Desde então aquele guarda o poupou de algumas situações difíceis.

Frankl se lembrou que, naqueles dias de privação, os sonhos dos prisioneiros se concentravam na satisfação da fome. Eram “sonhos primitivos de realizações de desejos”. (p. 44). Ele acrescenta que estando os prisioneiros sob severa privação alimentar, a boa comida era o assunto preferido entre eles e a conversa produzia um alívio psíquico. Quanto à sexualidade, acrescenta, era um instinto praticamente atrofiado: “Provavelmente é também o estado de subnutrição que explica o fato de o instinto sexual, de modo geral, não se manifestar.” (p.49). Frankl escreveu, ainda, que havia entre os prisioneiros uma “hibernação cultural”, e que os únicos assuntos que os interessavam eram religião e política.

Como a vida no campo era pautada por práticas coletivas, os prisioneiros tinham frequentemente o desejo de ficarem a sós consigo mesmos, isto é, havia uma “(...) expressiva tendência para a vivência do próprio íntimo.” (p. 53). Frankl relatou que muitas vezes, as pessoas que exteriormente pareciam despreparadas para uma vida tão dura, conseguiam superar aqueles dias com mais leveza porque preservavam “(...) a possibilidade de se retirar daquele ambiente terrível e se refugiar no domínio de liberdade espiritual e riqueza interior.” (p. 53). Foi num desses momentos de intimidade que ele estabeleceu um diálogo íntimo com a esposa e concluiu que “o amor é, (...), o bem último e supremo que pode ser alcançado pela existência humana.” (p. 55). Foi naquele momento que também concluiu 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 experimentamos no mergulho íntimo era imprescindível para a sanidade mental e estabelecia a possibilidade de identificar um sentido para viver, mesmo nos momentos de sofrimento.

Durante um surto de tifo exantemático ele se apresentou para cuidar dos doentes. Para ele, a ideia de morrer ajudando companheiros enfermos parecia fazer mais sentido do que morrer como trabalhador braçal ineficiente. Ele o afirma: “Alguma espécie de ajuda aos meus companheiros enfermos, na qualidade de médico, sem dúvida me parecia ter mais sentido do que morrer como trabalhador braçal ineficiente que eu era então.” (p. 68).

Outro sentimento que atormentava os prisioneiros era o de se considerarem objetos do destino. Eles acreditavam que nada podiam fazer para mudar a situação em que se encontravam e assim estavam à mercê do destino. Essa sensação de deixar ao destino a responsabilidade de decidir por ele, fez com que Frankl se atormenta-se com a possibilidade de fugir do campo, hipótese que ele não assimilara bem. Deixando de lado essa obrigação ele se sentiu mais tranquilo consigo mesmo.

Para o psiquiatra, as pessoas que nunca vivenciaram as condições do campo de concentração não fazem ideia da real situação dos prisioneiros e de como sentiam a

insignificância de suas vidas. Eles se consideravam pessoas de pouca relevância e se preocupavam apenas em se manter vivo.

No final da primeira parte do livro, Frankl narra a experiência de libertação do campo. Ele afirma que ao encarar a liberdade e a vida fora do campo, o antigo prisioneiro não conseguia assimilar a nova realidade. Explica a sensação: “Sob o ponto de vista psicológico, pode-se chamar de verdadeira despersonalização aquilo que os companheiros libertos experimentaram. Tudo parece irreal e improvável.” (p.114). Ele acrescenta que as reações das pessoas libertas são: amargura, decepção e rebeldia. Finalmente, Frankl diz que, depois de algum tempo, o ex-prisioneiro pensaria toda a sua experiência no campo de concentração com um passado distante e difícil de imaginar. Mesmo nessas situações extremas e experiências traumáticas o homem, avalia Frankl, preserva a liberdade interior, podendo superar a amargura, a irritabilidade e a apatia. Experimentando essa liberdade pode decidir o que realmente é: um ser humano com dignidade. Isso significa que é possível encontrar um sentido na vida, mesmo em meio ao sofrimento, e, assim, experimentar o crescimento interior e a orientação para o futuro.

A segunda parte do livro reúne conceitos fundamentais da logoterapia, que é uma escola de psicologia fenomenológica concentrada “no sentido de existência humana bem como na busca da pessoa por esse sentido”. (p.124). Seriam essas páginas aqueles escritos que ele mencionou que lhe foram subtraídos quando chegou ao campo e que ele reescreveu. Frankl entende que as pessoas precisam de motivação para viver, de um sentido para permanecer vivo. Quando esse sentido não é identificado, surge uma “*frustração existencial*” que pode levar às “*neuroses noogênicas*”. Essas neuroses, ele esclarece, não têm origem patológica, elas vêm do sofrimento que envolve problemas existenciais, indicando que a clínica psicoterápica precisava enfrentar, cada dia mais, um tipo diferente de neurose além daquelas mencionadas pelos psicanalistas.

Outro conceito explorado na logoterapia é o de “*vazio existencial*”. Ele consiste na falta de referência que o indivíduo tem para enfrentar as dificuldades. O psiquiatra acrescenta que o sentido é singular e mutável, e por isso, o importante a ser levado em conta é o sentido específico que emerge em cada momento da vida. O autor também explica que o terapeuta existencial deve mostrar ao paciente a responsabilidade que ele tem por seus atos e escolhas. Também deve ampliar seu campo de visão para que “todo o espectro de sentido em potencial se torne consciente e visível para ele.” (p.135). Frankl diz que o sentido existencial deve ser encontrado no mundo, indicando a “*autotranscendência da existência humana*”.

Outro conceito importante comentado na ocasião é a autorrealização. Ela só será verdadeira quando não for fim para outros meios, mas sim, a consequência da transcendência vivida pela pessoa. Ao mencionar o sofrimento, Frankl diz que ele se torna mais suportável quando é dotado de sentido. E acrescenta que “quando já não somos capazes de mudar uma situação (...), somos desafiados a mudar nos próprios” (p.137) e isso transforma o sofrimento em conquista humana. Alguns conceitos da análise existencial são apresentados nessa etapa do livro, dentre eles a “hiperintenção” e a “hiperreflexão”. A hiperintenção consiste numa intenção exagerada que ironicamente resulta no contrário do esperado. Já a hiperreflexão é uma atenção excessiva que transforma uma preocupação ou medo em realidade. Uma técnica importante da terapia das fobias é o enfrentamento do medo neurótico. Ele o faz com a “intenção paradoxal”,

técnica que consiste em mentalizar o próprio medo de maneira exagerada e drástica de forma que a situação se torne engraçada ao sujeito. “O neurótico que aprende a rir de si mesmo pode estar a caminho da auto direção, talvez da cura.” (p.148). Frankl recusa as diversas expressões do “*paneterminismo*” que tornam o ser humano refém dos condicionamentos e o impossibilita de pensar e agir por si só. O autor finaliza os registros da análise terapêutica falando sobre a possibilidade do homem sucumbir ao bem ou ao mal. Ele explica que o “ser humano tem dentro de si ambas as potencialidades, qual será concretizada depende de decisões e não condições” (p.155).

A última parte do livro traz reflexões sobre o otimismo trágico que “significa que a pessoa é e permanece otimista apesar da tríade trágica”. (p.161). Para Frankl, essa tríade consiste em: dor, culpa e morte. Ele afirma que o ser humano é capaz de transformar qualquer situação, por mais difícil que seja, em “algo positivo ou construtivo”. Para realizar essa ressignificação de vida, o indivíduo deve ser capaz de transformar sua dor em realização humana, usar da culpa para se transformar positivamente e olhar a morte como incentivo para ser responsável nas escolhas que faz.

Para Frankl, o sentido não só traz a felicidade, mas também lhe dá forças para enfrentar o sofrimento. Ele cita como no campo de concentração as pessoas que já não viam mais sentido em suas vidas, desistiam de levantar da cama ou obedecer a ordem dos guardas. Logo morriam. Esse vazio existencial também é uma das principais causas da depressão, violência e dependência das drogas. Frankl nota que apesar da depressão não decorrer sempre da falta de sentido se agrava com ela.

A logoterapia aponta três caminhos para se alcançar o sentido da vida, o primeiro é na entrega do indivíduo a um trabalho ou missão, o segundo é no encontro com alguém, e o terceiro pela capacidade de mudar sua realidade, mesmo nas situações trágicas e no sofrimento. Apesar de acreditar que é possível alcançar um sentido no sofrimento, o psiquiatra explica que o sofrimento só ajuda a pessoa que o ressignifica. Para ele, “o sofrimento desnecessário é masoquismo e não ato heroico” (p.170). Outro tema abordado por Frankl é da “falta de sentido aprendida”. Para ele, 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” (p.173).

Ele finaliza o livro explicando que seu interesse não é criar profissionais que repitam suas ideias, mas “passar a tocha acesa para espíritos independentes e inventivos, inovadores e criativos” (p.174) e que, ao contrário de Freud, não acreditava que as individualidades do ser humano se apagam diante de uma necessidade comum. Sua experiência nos campos de concentração, o fez constatar que, nos momentos de intenso sofrimento e grandes privações “as diferenças individuais não se apagaram, mas, ao contrário, as pessoas ficaram mais diferenciadas.” (p.175).

E o que dizer da obra de Frankl? Historicamente não se pode afastá-la do niilismo que tomou conta da sociedade ocidental em meados do século passado diante do assombro e repercussões das ideias nazifascistas, da Segunda Grande Guerra, da Guerra Fria que lhe seguiu. O irracionalismo do momento, exaltação da força do instinto e do mito eram um desafio a ser superado. Nesse sentido, o enfrentamento do vazio existencial diante de uma sociedade que ficou sem claras referências metafísicas, é parte da estratégia

para buscar uma existência autêntica ou verdadeiramente humana. O futuro do homem, ou a resignificação futura do seu passado, adquirem um sentido se os fatos buscados ou avaliados estiverem de acordo com as verdades pessoais. A avaliação das escolhas sempre alimenta a angústia existencial, uma categoria para lidar com a realidade ontológica, pois revela algo próprio do homem. No entanto, o que Frankl irá acrescentar a isso que os filósofos estudavam na ocasião é que, viver conforme o sentido não é apenas uma questão ontológica, mas fundamental para o equilíbrio mental. Na falta de sentido estavam baseadas dificuldades que, na segunda metade do século passado, o psiquiatra identificou com causas da neurose noogênica.

Na parte teórica da teoria psicológica proposta por Frankl nessa obra, nota-se que ela tem, na busca do sentido, seu eixo estruturante. A prática psicoterápica preconizada está próxima da psiquiatria existencial e da psicologia humanista. O livro também relata como o psiquiatra se afastou da escola psicanalítica. Vamos nos deparar com o relato histórico da construção da teoria pela aproximação inicial seguida do afastamento dos psicanalistas Freud e Adler.

A atualidade das ideias antropológicas de Frankl se comprova pelos rumos dos estudos de psicanálise, que apontam para um momento em que o enfraquecimento do superego alimenta transtornos como depressão, drogadicção e violência contemporâneas. Nesse sentido, a retomada do estudo de Frankl oferece uma forma diferente de abordagem dessas questões no enfrentamento dos males citados, cada dia mais presentes na clínica contemporânea, que assiste a diminuição dos transtornos de ansiedade tradicionais e do aumento dos problemas mencionados. Além disso, oferece uma possibilidade de reconstrução da relação entre a filosofia e a psicologia fenomenológicas sobre bases antropológicas.