



VIKTOR EMIL FRANKL E A LOGOTERAPIA – SUA HISTÓRIA, CONCEITOS E APLICAÇÕES¹

Viktor Emil Frankl and the Logotherapy – History, concepts and applications.

Ednilson Clemente² e Rolf Roberto Krüger³

RESUMO

A presente pesquisa inicia com uma breve abordagem de dados da biografia de Viktor Frankl, em especial seu período no campo de concentração de Auschwitz e as experiências que lhe inspiraram para desenvolver sua compreensão de Logoterapia. Na parte que segue, são trabalhados os fundamentos da logoterapia, em especial, os conceitos de vontade de sentido, frustração existencial e neurose, noodinâmica, vazio existencial, sentido da vida, sentido do amor, sentido do sofrimento, suprassentido da vida e transitoriedade da vida. São abordados, na sequência, dimensões da logoterapia como técnica, sua relação com a clínica pastoral e sua aplicabilidade ao tratamento de dependentes químicos.

Palavras-chave: Logoterapia. Viktor Frankl. Sentido da vida. Logoterapia e dependência química.

¹ Artigo recebido em 27 de julho de 2016 e aprovado pelo Conselho Editorial em reunião realizada em 2 de dezembro de 2016, com base nas avaliações dos pareceristas *ad hoc*.

² Ednilson Clemente é bacharel em teologia pela FLT – Faculdade Luterana de Teologia, e candidato ao ministério pastoral da IECLB – Igreja Evangélica de Confissão Luterana no Brasil. E-mail: ednilson.clemente@gmail.com.

³ Rolf Roberto Krüger (Dr.) é docente de teologia prática na FLT – Faculdade Luterana de Teologia. E-mail: rolf.kruger@flt.edu.br.

ABSTRACT

The present research begins with a brief approach to data from Viktor Frankl's biography, especially his period in the Auschwitz concentration camp and the experiences that inspired him to develop his understanding of Logotherapy. In the following part of this research, the foundations of Logotherapy are worked out, especially the concepts of will of meaning, existential frustration and neurosis, noodynamics, existential emptiness, meaning of life, sense of love, sense of suffering, supra sense of life and transience of life. In the next part are discussed the dimensions of the Logotherapy as a technique, its relationship with the pastoral clinic and its applicability to the treatment of chemical dependents.

Keywords: *Logotherapy. Viktor Frankl. Sense of life. Logotherapy and chemical dependence.*

INTRODUÇÃO

A Logoterapia, escola psicoterapêutica fundada por Viktor Emil Frankl nos anos de 1920 em diante, tem sido extremamente estudada. Seu livro mais vendido – curiosamente não um escrito para leigos – *Em Busca de Sentido*⁴, tem sido traduzido para diversos idiomas. Apenas nos Estados Unidos da América, encontrava-se nos idos de 1980, em sua septuagésima edição – trigésima no Brasil.

Neste trabalho, procurar-se-á entender as origens da Logoterapia, não só através dos conceitos-chave, mas também a partir da própria vida de seu autor que, sobrevivente ao holocausto judeu durante a Segunda Grande Guerra, pôde demonstrar como ela funciona na prática.

Por fim, analisar-se-á dois exemplos práticos de aplicação dos princípios da Logoterapia: no aconselhamento cristão, pela interpretação de uma passagem bíblica, e no tratamento de dependentes do álcool.

1 VIKTOR EMIL FRANKL

Viktor Emil Frankl nasceu em Viena, Áustria, no dia 26 de março de 1905, em uma família judia. Desde cedo, demonstrou interesse pela psicologia. Em seu exame final no *Gymnasium*⁵, em 1923, escreveu um texto sobre a psicologia

⁴ FRANKL, Viktor Emil. **Em busca de sentido**: um psicólogo no campo de concentração. 30. ed. São Leopoldo-RS: Sinodal; Petrópolis-RJ: Vozes, 2008.

⁵ Na Europa, o *Gymnasium*, correspondia ao ensino secundarista, imediatamente antes do

do pensamento filosófico. Desde os 15 anos, correspondia-se com Sigmund Freud, que o incentivou a estudar psicologia⁶. Ingressou na universidade de Viena, onde se formou em medicina, especializando-se mais tarde em Neurologia e Psiquiatria, concentrando-se nos tópicos de depressão e suicídio. Foi influenciado por Freud e Alfred Adler, seus professores, embora mais tarde tenha divergido deles, fundando o que se convencionou chamar de a “terceira escola vienense de psicologia”⁷.

De 1928 a 1930, embora ainda um jovem estudante de medicina, organiza e oferece um programa especial de aconselhamento a estudantes, totalmente gratuito.

Completa sua residência em Neurologia e Psiquiatria no Hospital Psiquiátrico de Steinhof, em Viena, entre os anos de 1933 a 1937. Torna-se responsável pelo assim chamado “pavilhão suicida”.

Em 1938, com a ascensão do nazismo na Áustria, é proibido de tratar pacientes de origem ariana por causa de sua ascendência judaica. Durante o ano de 1940 inicia trabalho no Hospital Rothschild, onde assume o departamento de neurologia. Este hospital era o único em Viena que ainda aceitava pacientes judeus. Ali, não poucas vezes, suas opiniões médicas salvaram pacientes de serem mortos pelo “Programa Nazista de Eutanásia”. Casa-se em 1941 com Tilly Grosser.

É deportado para o gueto nazista de Theresienstadt em 25 de setembro de 1942. Lá, seu pai falece, vítima de edema pulmonar e pneumonia.

Outra data importante é a de 19 de outubro de 1944. Nesse dia, Frankl e sua esposa foram transportados para o campo de concentração nazista de Auschwitz, sendo processado e transferido para Kaufering, campo nazista de concentração afiliado com o campo de concentração de Dachau. Era 25 de outubro de 1944. Lá, passa 5 meses trabalhando como um “escravo-obreiro”. Recebe então o convite para ir para o chamado campo “de repouso” Türkheim, também filiado a Dachau. Lá, trabalha como médico durante uma grande epidemia de tifo exantemático⁸. Lá, segundo o relato do próprio Dr. Frankl,

ensino superior. Cf. WIKIPEDIA. **Gymnasium**. Disponível em: <http://en.wikipedia.org/wiki/Gymnasium_%28school%29>. Acesso em: 02 nov. 2012.

⁶ WIKIPEDIA. **Viktor Emil Frankl**. Disponível em <http://en.wikipedia.org/wiki/Viktor_Frankl>. Acesso em: 02 nov. 2012.

⁷ Sendo a primeira, obviamente, de Freud e a segunda de Adler. Cf. RODRIGUES, Roberto. **Fundamentos da Logoterapia**. vol. 1. Petrópolis-RJ: Vozes, 1991, p. 13-14.

⁸ Transmitida principalmente por piolhos. Provocava alta febre e dor de cabeça. Após detectados os sintomas, podia matar em até 1 semana. Cf. WIKIPEDIA. **Tifo Exantemático**.

Arrancavam-me de meus sonhos apenas os passos do vigia, a patrulhar periodicamente a cerca de arame farpado, ou talvez um chamado do galpão a me mandar para a enfermaria central a fim de receber medicamentos recém-chegados para a minha estação de quarentena: cinco ou dez comprimidos de um sucedâneo de Aspirina, ou Cardiazol, para tratar cinquenta pacientes durante vários dias. Ia busca-los e fazia então a “visitação”, de companheiro a companheiro, sentindo-lhes o pulso e dando meio comprimido nos casos graves. Mas os casos extremos não recebiam medicação nenhuma; ela ficava reservada para aqueles que ainda tinham chances de cura. Aos casos mais leves eu nada podia dar, a não ser talvez uma palavra de apoio⁹.

Lá permanece até 27 de abril de 1945, quando o campo de concentração é libertado pelos americanos. Sua esposa, entretanto, faleceu no campo de concentração de Bergen-Belsen. Sua mãe, Elsa, foi morta pelos nazistas nas câmaras de gás de Auschwitz e seu irmão, Walter, morreu nos trabalhos de mineração também em Auschwitz. Da família de Frankl, apenas ele e sua irmã Stella sobreviveram – ela por imigrar para a Austrália, escapando, assim, aos horrores do nazismo.

1.1 A vida no campo de concentração

Frankl deixou-nos um relato bem detalhado do que se passou durante o tempo em que esteve prisioneiro nos campos de concentração de Auschwitz e Dachau. E conhecer esse período da sua vida é imprescindível para entender as teses que desenvolveu e aplicou posteriormente na logoterapia. Seu livro *Em Busca de Sentido*, foi escrito em 1945, em nove dias, com a intenção de ser publicado anonimamente. Somente com a insistência de seus amigos, declinou a assinar a autoria. Frankl não queria fama. Como médico, queria apenas

[...] transmitir ao leitor, através de um exemplo concreto, que a vida tem um sentido potencial sob quaisquer circunstâncias, mesmo as mais miseráveis. E considerava que, se a tese fosse demonstrada numa situação tão extrema quanto a de um campo de concentração, meu livro encontraria um público. Consequentemente, senti-me responsável pela tarefa de colocar no papel o que eu havia vivido. Pensava que poderia ser útil a pessoas que têm

Disponível em: <http://pt.wikipedia.org/wiki/Tifo_exantem%C3%A1tico>. Acesso em: 02 nov. 2012.

⁹ FRANKL, 2008, p. 71-72.

inclinação para o desespero¹⁰.

Seu relato começa no transporte, como prisioneiro, até o campo de concentração de Auschwitz. Já no início, Frankl deixa bem claro que as pessoas não têm conhecimento verdadeiro do que se passa num campo de concentração.

O não-iniciado, que olha de fora, sem nunca ter estado num campo de concentração, geralmente tem uma ideia errada da situação num campo desses. Imagina a vida lá dentro de modo sentimental, simplifica a realidade e não tem a menor ideia da feroz luta pela existência, mesmo entre os próprios prisioneiros e justamente nos campos menores. É violenta a luta pelo pão de cada dia e pela preservação e salvação da vida. Luta-se sem dó nem piedade pelos próprios interesses, sejam eles do indivíduo ou de seu grupo mais íntimo de amigos. Suponhamos, por exemplo, que seja iminente um transporte para levar certo número de internados para outro campo de concentração, segundo a versão oficial, mas há boas razões para supor que o destino seja a câmara de gás, porque o transporte de pessoas doentes e fracas apresenta uma seleção dos prisioneiros incapacitados de trabalhar, que deverão ser dizimados num campo maior, equipado com câmaras de gás e crematório. É neste momento que estoura a guerra de todos contra todos, ou melhor, de uns grupos e panelinhas contra outros. Cada qual procura proteger-se a si mesmo ou os que lhe são chegados, pô-los a salvo do transporte, “requisitá-los” no último momento da lista do transporte¹¹.

Segundo sua descrição, ao chegar ao campo de concentração, o ser humano perde totalmente sua identidade humana, transformando-se em um mero número. Lá lhe são retirados todos os documentos, e um número é geralmente tatuado em seu corpo. Este número também é costurado em diversos pontos de sua roupa: no casaco, na calça e na capa, de maneira visível, para que possa ser facilmente anotado pelos vigias.

Transparece, no livro, especial indignação contra os assim chamados capos, prisioneiros que dispunham de privilégios. O prisioneiro comum

[...] não usava o distintivo em forma de braçadeira e era desprezado pelos *capos*. Enquanto ele passava fome até morrer de inanição, os *capos* não passavam mal. Houve até alguns que nunca se alimentaram tão bem em sua vida. Do ponto de vista psicológico e caracterológico, esse tipo de pessoas deve ser encarado antes como os SS12 ou os guardas do campo

¹⁰ FRANKL, 2008, p. 10.

¹¹ FRANKL, 2008, p. 16. Itálicos do autor.

¹² SS ou Schutzstaffel era a principal organização paramilitar sob o comando de Hitler e do partido nazista. Era o paralelo da guarda pretoriana de Hitler. Cf. WIKIPEDIA. SS.

de concentração. Os *capos* tinham se assemelhado a esses, psicológica e sociologicamente, e com eles colaboravam. Muitas vezes, eram mais rigorosos que a guarda do campo de concentração e eram os piores algozes do prisioneiro comum, chegando, por exemplo, a bater com mais violência que a própria SS. Afinal, de antemão somente eram escolhidos para *capos* aqueles prisioneiros que se prestavam a esse tipo de procedimento; e caso não fizessem jus ao que deles se esperava, eram imediatamente depostos¹³.

Frankl foi um prisioneiro comum. Não teve, a princípio, nenhum privilégio. Recebeu o número 119.104, trabalhando a maior parte do tempo em escavações e na construção de ferrovias. Na sua narrativa, notar-se-á uma série de acontecimentos que irão lhe proporcionar a sobrevivência. Por exemplo, enquanto alguns colegas de profissão ficaram aplicando ataduras improvisadas com papel de lixo em postos de emergência, onde havia calefação – e, portanto, não se passava frio – Frankl, em suas próprias palavras, teve de “cavar sozinho um túnel por baixo de uma estrada para a colocação de canos d’água”¹⁴, recebendo, por esse trabalho, dois dos chamados cupons-prêmios, pouco antes do Natal de 1944.

Esses cupons eram emitidos pela firma de construção à qual éramos literalmente vendidos como escravos pelo campo de concentração. Em troca de cada dia de trabalho de um prisioneiro, a firma tinha que pagar à administração do campo determinada quantia. Cada cupom-prêmio custava à firma 50 centavos e era trocado por seis cigarros no campo de concentração, geralmente apenas depois de passadas algumas semanas. De repente, eu estava de posse de um valor equivalente a doze cigarros! Acontece que doze cigarros valiam doze sopas, e doze sopas realmente significavam muitas vezes a salvação da morte por inanição, para duas semanas, ao menos.

1.1.1 A chegada a Auschwitz

Frankl caracteriza três fases nas reações psicológicas do prisioneiro ante a vida no campo de concentração: a fase da recepção no campo, a fase da vida em si no campo de concentração e a fase após a soltura – libertação do campo.

A primeira fase ele chama de “choque de recepção”. Frankl narra sua

Disponível em: <<http://en.wikipedia.org/wiki/Ss>>. Acesso em: 02 nov. 2012.

¹³ FRANKL, 2008, p. 15-16.

¹⁴ FRANKL, 2008, p. 18.

viagem de trem, cerca de 1500 pessoas,

[...] em cada vagão do trem se estiram 80 pessoas sobre a sua bagagem (seus últimos haveres). As mochilas, bolsas, etc. empilhadas quase impedem a visão pelas janelas, deixando livre apenas um último vão na parte superior. [...] O trem começa a manobrar frente a uma grande estação. De repente, do amontoado de gente esperando ansiosamente no vagão, surge um grito: “Olha a tabuleta: Auschwitz!” Naquele momento não houve coração que não se abalasse. Todos sabiam o que significava Auschwitz. Esse nome suscitava imagens confusas mas horripilantes de câmaras de gás, fornos crematórios e execuções em massa [...] O horror tomava conta de mim, e isto era bom: segundo a segundo e passo a passo precisávamos nos defrontar com o horror¹⁵.

Ao chegarem, são recebidos por prisioneiros bem apessoados, que falam diversas línguas. Estão bem alimentados, com aparência saudável, sorridentes. Vestem o já conhecido uniforme listrado. A impressão que passam para os recém-chegados é de que a vida, afinal, no campo de concentração, não pode ser tão ruim assim. O objetivo desse grupo de elite era negociar aguardente, pão e outras pequenas coisas em troca do ouro e joias escondidos nas bagagens. Frankl relata que a quantidade de ouro, prata, platina e brilhantes, retiradas das milhares de vítimas recebidas em Auschwitz, e repassadas aos depósitos da SS, não tinham paralelo em toda a Europa¹⁶.

De Auschwitz, os prisioneiros seriam transferidos para campos de concentração menores, de acordo com uma seleção.

Eu e praticamente todos os integrantes do nosso transporte estávamos, portanto, tomados por essa ilusão de indulto, que acredita que tudo ainda pode acabar bem. Pois ainda não tínhamos condições de entender a razão daquilo que ali se desenrolava; somente à noite é que iríamos entender. Mandaram-nos deixar toda a bagagem no vagão, desembarcar e formar uma fila de homens e outra de mulheres, para então desfilar perante um oficial superior da SS. [...] Mais por instinto, quanto mais me aproximo daquele homem, deixo meu corpo cada vez mais ereto, para que ele não perceba que estou carregando um peso. [...] Ele se sente muito à vontade. Apoia o cotovelo direito na mão esquerda, e com a mão direita erguida executa um leve aceno com o indicador, ora para a direita, ora para a esquerda. Nenhum de nós tinha a menor ideia do significado sinistro daquele pequeno gesto com o dedo – ora para a esquerda, ora para a direita, com frequência muito maior para a direita. Chega a minha vez. Alguém me sussurrou que para a direita (“do ponto de vista do espectador”) ia-se para o trabalho;

¹⁵ FRANKL, 2008, p. 22-23.

¹⁶ FRANKL, 2008, p. 24.

para a esquerda, para um campo de doentes e incapacitados de trabalhar. Simplesmente deixo os fatos acontecerem. É a primeira vez que faço isso. Mas tomarei essa atitude muitas vezes de agora em diante. [...] O homem da SS me olha criticamente. Parece hesitar, põe as duas mãos nos meus ombros; faço um esforço para assumir uma postura do tipo militar. Fico firme e ereto; lentamente ele faz girar os meus ombros – e lá me vou para a direita. À noite, ficamos sabendo o significado desse jogo com o dedo indicador: era a primeira seleção! [...] Para a imensa maioria do nosso transporte, cerca de 90%, foi a sentença de morte. Ela foi levada a cabo em poucas horas. Quem era mandado para a esquerda marchava diretamente da rampa da estação para um dos prédios do crematório, onde – segundo me contaram pessoas que ali trabalhavam – havia letreiros em diversas línguas europeias que caracterizavam o prédio como casa de banhos¹⁷.

O peso, que o Dr. Frankl carregava junto ao corpo, era sua bolsa que, corajosamente, escondera sob as roupas. A postura tinha que ser ereta para não repararem que estava escondendo algo, o que teria sido fatal. Em sua bolsa, um manuscrito de um livro que queria publicar. Esse manuscrito acabou, porém, por ser confiscado¹⁸. Publicar esse livro, muitas vezes, foi o seu motivo para viver¹⁹, assim como reencontrar sua família.

Após a desinfecção, onde tiveram todos os pelos do corpo raspados, segue-se um banho. Tiveram direito a ficar com o cinto, sapatos, suspensórios e, no máximo, o bragueiro²⁰.

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 a vida de antes? Para mim, por exemplo, ficaram os óculos e o cinto; este, entretanto, teria que ser dado em troca de um pedaço de pão, mais tarde²¹.

Algumas surpresas, no entanto, aguardam Frankl. Seus estudos de medicina são confrontados com a realidade que vive. Percebe reações que

¹⁷ FRANKL, 2008, p. 25-26.

¹⁸ FRANKL, 2008, p. 28.

¹⁹ Por fim, o livro acabou sendo publicado, em 1946, sob o título de *Ärztliche Seelsorge* (O doutor e a alma). Cf. BOEREE, George C. **Viktor Frankl**. Shippensburg University, 2006. Disponível em: <<http://webspace.ship.edu/cgboer/frankl.html>>. Acesso em: 03 nov. 2012.

²⁰ FRANKL, 2008, p. 29. Bragueiro é um tipo de cinta usada por quem tem hérnia.

²¹ FRANKL, 2008, p. 29. Itálicos do autor.

os compêndios de medicina não entendem. Vê surgir o humor negro entre os prisioneiros. Percebe que pode ficar muito mais tempo sem dormir do que imaginava. O corpo se adapta às piores condições do inverno.

Quem é ligado à medicina aprende sobretudo uma coisa: os compêndios mentem! Em algum livro de estudo constava que a pessoa não consegue aguentar mais que determinado número de horas sem dormir. Trata-se de concepção totalmente errada. [...] Outras coisas surpreendentes que se consegue fazer: passar meses ou anos no campo de concentração sem escovar os dentes e, mesmo assim, ter uma gengiva em estado melhor do que em épocas de alimentação mais sadia, apesar da deficiência de vitaminas. Ou usar a mesma camisa durante a metade de um ano, até ela ficar completamente irreconhecível; não poder lavar-se de forma alguma durante dias, nem parcialmente, por estar congelada a água nos canos do lavatório; não ficar com pus nas mãos feridas e sujas de trabalhar na terra (claro, enquanto não houvesse sintomas de congelamento). Uma pessoa de sono leve, que costumava acordar com o menor ruído no quarto ao lado, aperta-se agora contra um companheiro que ronca a plenos pulmões a poucos centímetros de seu ouvido e consegue cair em sono profundo logo depois de deitar. Então nos dávamos conta da verdade daquela frase de Dostoiévsky, que define o ser humano como o ser a que tudo se habitua²².

1.1.2 A vida cotidiana no campo de concentração

Após o choque inicial de adentrar num campo de concentração, o que Frankl experimenta é uma profunda apatia. Nele e nos outros prisioneiros. “A pessoa, aos poucos, vai morrendo interiormente”²³. Surge a saudade extremamente doída da família e o nojo de tudo que lhe cerca. Nojo de suas roupas, na lama que cerca as barracas, a limpeza das latrinas (que era deixada para os recém-chegados). As coronhadas dos *capos* quando se demonstra algum sentimento de repulsa pelo trabalho.

A mortificação dos sentimentos normais continua avançando. No começo, o prisioneiro desvia o olhar ao ser convocado, por exemplo, para assistir aos exercícios impostos a algum grupo como punição. Por enquanto ele não consegue suportar a cena de pessoas sendo sadicamente torturadas, vendo companheiros subindo e baixando horas a fio na sujeira, ao ritmo ditado a porrete. Passados alguns dias ou semanas, contudo, ele já reage de forma diferente. De manhã, cedo, ainda no escuro, está com o grupo de trabalho, pronto para sair marchando numa das ruas do campo, frente ao portão de entrada; ouve gritos, olha e observa como um companheiro seu é esmurrado até cair no chão, e isto várias vezes. É levantado e sempre de

²² FRANKL, 2008, p. 31-32.

²³ FRANKL, 2008, p. 35.

novo derrubado a socos. Por quê? Porque está ardendo em febre, a qual começou durante a noite, impossibilitando-o de ir ao ambulatório em tempo hábil para verificar sua temperatura e solicitar a licença. Agora ele é punido pela vã tentativa de receber baixa de manhã para não precisar marchar para o trabalho externo. O recluso observador, em pleno segundo estágio de suas reações psíquicas, não mais tenta ignorar a cena. Indiferente e já insensível, pode ficar observando sem se perturbar²⁴.

O contato com a morte, com a amputação de dedos, congelados pelo frio, o grande número de doentes, moribundos e mortos passam a ser parte da vida corriqueira e o prisioneiro não sente mais revolta, nem nojo, indignação ou o que seja. Simplesmente não sente nada. Tudo aquilo passa a fazer parte do que é considerado normal.

Quando um companheiro (como designa Frankl) morre, o corpo ainda está quente quando os demais lhe revistam o corpo para encontrar algum resto de comida escondida, outro lhe tira o paletó e ainda outros os sapatos. O corpo é, por fim, arrastado para fora do barracão, a cabeça golpeando os degraus. Recebem a refeição e podem contemplar, pela janela, os corpos das pessoas com as quais haviam conversado há pouco, sem se importar²⁵. A insensibilidade é, segundo Frankl, uma defesa necessária. Ela não surgia apenas diante do sofrimento alheio, mas também ao próprio sofrimento. Era a indiferença que provia continuar apesar das coronhadas e das surras.

Apontado como verdadeira causa de sofrimento e dor, por Frankl, não são os males feitos ao corpo, mas o escárnio. Apanhar pelo trabalho que rendeu pouco (pela fraqueza da doença) não feria tanto quanto ser chamado de vagabundo²⁶.

Um fato curioso, Frankl narra que os sonhos dos prisioneiros passam a ser com a satisfação de suas necessidades mais básicas: pão, tortas, cigarros, um banho quente: “A não-satisfação das respectivas necessidades mais primitivas faz com que ele experimente a satisfação das mesmas em sonhos primitivos de realização de desejos”²⁷. Os companheiros que estão em pesadelos não são despertados.

²⁴ FRANKL, 2008, p. 36.

²⁵ FRANKL, 2008, p. 38.

²⁶ FRANKL, 2008, p. 43.

²⁷ FRANKL, 2008, p. 44.

Jamais vou esquecer certa noite em que fui acordado pelo companheiro que dormia ao meu lado a gemer e revolver-se, evidentemente sob o efeito de algum pesadelo horrível. Quero observar de antemão que pessoalmente sempre tive pena de pessoas torturadas por angustiosos pesadelos ou fantasias. Por isso eu já estava prestes a acordar o pobre companheiro atormentado pelo pesadelo. Neste instante, assustei-me do meu propósito e retirei a minha mão que já ia despertar o companheiro do seu sonho. Pois, naquele momento, me conscientizei com muita nitidez de que nem mesmo o sonho mais terrível poderia ser tão ruim como a realidade que nos cercava ali no campo; e eu estava prestes a chamar alguém de volta para a experiência desperta e consciente desta realidade[...]²⁸

As conversas, nos campos de trabalho forçado, giram normalmente em torno de comida. Um prisioneiro pergunta ao outro qual seu prato favorito. Outros ficam a discorrer sobre pratos maravilhosos que desejariam experimentar novamente. Chama a isso de “onanismo estomacal”. Ocorrem por causa da fome constante. Qualquer momento livre é tomado por sonhos de alimentação. Torna-se comum economizar um pequeno pedaço de pão, ou outro alimento disponível, para deixá-lo no bolso do casaco. Quando surge a fome, o prisioneiro apalpa aquele pedaço de pão, guardando-o para depois prazerosamente consumi-lo. Assim, engana a realidade da falta de alimento.

No âmbito da sexualidade, Frankl nos relata uma completa regressão da libido²⁹. Inere a isso a desnutrição e ao impulso maior por alimentação (o prazer maior sucumbe o menor). Não há conteúdo sexual nos sonhos dos prisioneiros nem ocorrem casos de depravação sexual.

Sobre as conversas diárias (além do onanismo estomacal, que aparecia mais nas horas de trabalho forçado), havia dois assuntos principais: política e religião. Os mais otimistas faziam circular boatos de final de guerra e libertação de todos os prisioneiros – para irritação de todos os outros.

O interesse religioso dos prisioneiros, quando surgia, era o mais ardente que se possa imaginar. Não era sem um certo abalo que os prisioneiros recém-chegados se surpreendiam com a vitalidade e profundidade do sentimento religioso. O mais impressionante neste sentido devem ter sido as preces e os cultos improvisados, no canto de algum barracão ou num vagão de gado escuro e fechado, no qual éramos trazidos de volta após o trabalho em uma obra mais distante, cansados, famintos e passando frio em nossos trapos molhados. [...] foi-me relatado a respeito de um companheiro

²⁸ FRANKL, 2008, p. 45.

²⁹ As observações de Frankl sobre esse assunto provavelmente têm a intenção de dialogar com as teorias de Sigmund Freud.

que, sabendo-se próximo da morte, quis orar, mas não conseguiu articular palavras, transtornado pela febre[...]”³⁰

Fruto da busca por Deus, Frankl relata também a existência de sessões espíritas, secretas, realizadas dentro do campo. Estas sessões tinham, muitas vezes, a presença de alguns *capos* e até o médico-chefe e o suboficial de saúde do campo³¹.

Pessoas que antes possuíam um trabalho mais intelectual, ou que eram mais sensíveis, experimentam, na situação de prisioneiros do campo de concentração, uma vantagem: conseguem criar um mundo interior, para onde se refugiam da dura realidade que as cerca. Especialmente a saudade da esposa, da qual não têm mais notícias, os aperta. Nesse momento, surgem visões mentais da pessoa amada. Há conversas com ela, diálogo em que ouvem as suas respostas. Sorrisos se deixam ver, palavras de ânimo. Não há certeza se ainda vivem, já que foram enviadas a outros campos de concentração, mas isso já não importa. Experimenta-se a realidade de que o amor não depende da presença da mulher amada. Ele pode erguer-se acima de todas as situações. Frankl experimenta também esse consolo: “Passo a compreender que a pessoa, mesmo que nada mais lhe reste neste mundo, pode tornar-se bem-aventurada – ainda que somente por alguns momentos – entregando-se interiormente à imagem da pessoa amada”³². Recordar-se de passagem de cantares: “Põe-me como selo sobre teu coração (...) porque o amor é forte como a morte”³³.

A fazer parte da fuga da realidade do preso, pequenos detalhes, antes corriqueiros, agora são capazes de trazer alegria profunda. Coisas como andar de bonde, chegar em casa, ouvir o telefone tocar, acender a luz do quarto, são comoventes e levam às lágrimas. Paisagens bonitas, montanhas, mesmo em meio ao trabalho forçado, são contempladas como obras de arte. O gosto pela arte não abandona o coração do prisioneiro, ele é capaz de comover-se também com a natureza num quadro do nascer do sol, por exemplo.

Para compreender melhor como isso se processa no cotidiano do prisioneiro, torna-se necessário ouvir do próprio Frankl:

³⁰ FRANKL, 2008, p. 51-52.

³¹ FRANKL, 2008, p. 52.

³² FRANKL, 2008, p. 55.

³³ Ct. 8.6

Estás na vala trabalhando. O crepúsculo que te envolve é cor-de-cinza, o céu é cinzento, cinzenta a neve no pálido lusco-fusco, os trapos dos teus companheiros são cinzentos, e também o semblante deles são cor-de-cinza. Retomas outra vez o diálogo com o ente querido. Pela milésima vez lanças rumo ao sol teu lamento e tua interrogação. Buscas ardentemente uma resposta, queres saber o sentido do teu sofrimento e teu sacrifício – o sentido da tua morte lenta. Numa revolta última contra o desespero da morte à tua frente, sentes teu espírito irromper por entre o cinzento que te envolve, e nessa revolta derradeira sentes que teu espírito se alça acima deste mundo, desolado e sem sentido, e tuas indagações por um sentido último recebem, por fim, de algum lugar, um vitorioso e regozijante “sim”. [...] Agora estiveste horas a fio picando o chão congelado, outra vez passou a sentinela e debochou um pouco de ti, e de novo recomeças o diálogo com teu ente querido. Tens cada vez mais o sentimento de que ela está presente. Sentes que está ali. Crês poder tocá-la, parece precisares apenas estender a mão para tomar sua mão. E com grande intensidade te invade o sentimento: Ela – está – aqui! Eis que no mesmo instante – o que é aquilo? –, sem que tenhas notado, acaba de pousar um passarinho à tua frente, sobre o torrão que acabaste de cavar, para te fitar atento e sereno[...]³⁴

A arte, como já foi citado, em nenhum momento abandona o prisioneiro. Pessoas com alguma aptidão para o canto, recebiam maiores porções de sopa, provinda do prato de outros prisioneiros, por cantarem durante a janta. Teatros eram encenados nos barracões e humor também era uma forma de se tornar a realidade menos doentia. Frankl chama isso de “autopreservação”. Através dessas observações, começa a definir a forma como entende o sofrimento:

Assim como determinada quantidade de gás preenche um espaço oco sempre de modo uniforme e integral, não importando as dimensões desse espaço, o sofrimento, seja grande ou pequeno, ocupa toda a alma da pessoa humana, o consciente humano. Daí resulta que o “tamanho” do sofrimento humano é algo em relativo.³⁵

Sobretudo, a decisão de não decidir nada, mas deixar-se ser joguete do destino impera entre os prisioneiros. Já que nenhuma decisão sobre sua vida pode ser tomada, ele prefere não decidir mais nada. Frankl relata como muitas vezes, sem decidir, sua vida foi poupada das câmaras de gás, de ir para um campo de concentração onde o canibalismo irrompeu, etc. Mas havia uma decisão que podiam tomar: a de continuar vivendo ou não. Para muitos, a liberdade final

³⁴ FRANKL, 2008, p. 59.

³⁵ FRANKL, 2008, p. 63.

residia no jogar-se contra os fios da cerca elétrica que circundava o campo de concentração. Como o dinheiro entre os prisioneiros eram cigarros, como já foi dito, quando encontravam um companheiro deitado em sua cama, fumando, sabiam que ele, interiormente, havia desistido de viver. Nada mais importava. Dali a pouco ele estaria pendurado nos fios elétricos ou então dependurado numa forca por disciplina. Nisso encontramos a pergunta fundamental de Frankl: Afinal, o que levou alguns prisioneiros a lutar pela vida, a continuar sobrevivendo, apesar de todo o sofrimento, enquanto alguns desistiam?

Além da apatia, a fuga da realidade e a negativa em tomar decisões, outro aspecto que surgia no campo de concentração era a irritabilidade. Frankl culpa, por um lado, a falta de nicotina e cafeína – que amenizavam a irritação. Por outro lado, acrescenta que a irritação surge por uma série de complexos, ou seja, a baixa autoestima, um sentimento de inferioridade³⁶.

Antes, cada um de nós havia sido “alguém”, ou ao menos julgava sê-lo. Agora, no entanto, é tratado literalmente como se fosse um ninguém. (Não há dúvida de que o amor próprio, quando ancorado em áreas mais profundas, espirituais, não pode ser abalado pela situação do campo de concentração; mas quantas pessoas, quantos prisioneiros possuirão um sentimento de autoestima tão bem firmado?).³⁷

Questionando se o ser humano não é apenas um ser moldado das situações exteriores, faz questão de falar que sempre houve liberdade para os prisioneiros. Não liberdade física, é claro, mas liberdade no sentido de decidir o que faria de sua vida. Ele poderia se deixar amoldar pelos horrores do campo de concentração ou poderia manter sua integridade. Poderia assumir uma atitude de esperança (de ver a guerra acabar e ser libertado) ou de resignar-se com a morte. Essa “liberdade de decisão”, em sua opinião, é o que manteve, em alguns prisioneiros, o deixar-se voltar ao primitivismo ou continuar sendo um ser humano. Encontrar um sentido para viver, em meio ao sofrimento, era possível: “Sempre e em toda parte, a pessoa está colocada diante da decisão de transformar sua situação de mero sofrimento numa realização interior de valores”³⁸.

³⁶ Parece uma forma de diálogo com Adler.

³⁷ FRANKL, 2008, p. 85.

³⁸ FRANKL, 2008, p. 91.

1.1.3 A vida após o campo de concentração

Após a rendição do campo de concentração (uma bandeira branca foi hasteada na entrada principal), não sem batalhas, os *capos* e soldados estão à paisana, para não levantar suspeitas. Já não são ríspidos, mas distribuem cigarros e gentilezas. Não há mais formações nem pontapés ou coronhadas. Saem pelo portão para ir aos arredores que tanto conhecem como se nunca o tivessem pisado antes. É porque agora o fazem como seres livres. Estranhamente, não encontram alegria nisso. A mente duvida. Imagina que seja um truque – mais um. Demora até que se entenda o que é novamente a liberdade.

[...] o mundo continua sem nos causar impressão. À noitinha, quando voltam a se reunir os companheiros em seu velho barracão, um chega para o outro e lhe pergunta às escondidas: “Diga-me uma coisa – você chegou a ficar contente hoje?”. O outro responde: “Para ser franco, não!”. E fica envergonhado, porque não sabe que com todos é assim. Literalmente, desaprendemos o sentimento de alegria. Será necessário aprender de novo a alegrar-se³⁹.

Com a transformação da vida no campo de concentração, os ex-prisioneiros começam, bem devagar, a aceitar a realidade. A chegada da comida, de medicamentos, da troca dos maus tratos por gentilezas, vai despertando na mente aquilo que o corpo já sentiu. E então algo parece desentranhar-se. A última barreira a ser vencida, muitos e muitos dias depois, é a da língua. De repente, os presos começam a falar sobre o que viveram. Frankl identifica inclusive uma ânsia por contar.

Um fenômeno estranho acomete alguns ex-prisioneiros: de vítimas, tornam-se algozes. Frankl é enfático ao dizer que aqueles que foram libertados de tão grande opressão, precisam de auxílio psicológico para passar pela descompressão.

[...] um companheiro e eu caminhamos reto, cruzando os campos em direção à prisão da qual há pouco fomos libertados; de repente nos vemos diante de uma lavoura recém-germinada. Automaticamente quero desviar dela. Ele, entretanto, me pega pelo braço e me impele reto em frente. Balbuciei algo de que não se deve pisar a brotadura. Aí ele se exalta. Com olhar ameaçador grita: “O quê? E o que fizeram conosco? Liquidaram minha mulher e meu filho na câmara de gás – isto para não falar do resto – e tu queres proibir que

³⁹ FRANKL, 2008, p. 114.

eu esmague uns talos de aveia?[...]”⁴⁰

Ao voltar para seu antigo ambiente – familiar e profissional – os ex-prisioneiros também são acometidos de profunda desilusão. Não há, aos que ficaram, um consolo eficiente para eles. Não conseguem entender a sua dor. As evasivas de que “não sabíamos o que estava acontecendo” ou “também sofremos” não conseguem dar a quem passou por duras experiências, a compensação – o sentido – por tudo aquilo. Para Frankl, a maneira correta de se lidar com essa pessoa é dar-lhe um alvo no futuro (novamente, um sentido), sem o qual a vida não lhe trará significados⁴¹.

2 A LOGOTERAPIA

Até aqui manteve-se contato com a vida de Viktor Emil Frankl. É importante entender especialmente sua estada no campo de concentração, porque ali foi dado o molde final e o material empírico para seu pensamento e teoria. Não que a Logoterapia tenha se desenvolvido no campo de concentração – Frankl já trabalhava seus princípios com pessoas traumatizadas pela Primeira Guerra Mundial. Entretanto, foi no distanciamento de Freud – e posteriormente de Adler – que Frankl criou sua escola, a que chamou de “Logoterapia” porque a palavra *logos*, do grego λόγος, tem o significado de sentido. Então, a Logoterapia se preocupa com a busca pelo sentido da vida – não à toa o título de seu livro. Segundo um episódio narrado pelo Dr. Frankl, um médico americano solicitou-lhe que definisse sua teoria em uma frase⁴². Os livros de Frankl sobre os princípios da Logoterapia compõem 20 volumes na língua alemã. Todavia, Frankl indagou-lhe sobre o que pensava ser a psicanálise. “Durante a psicanálise, o paciente precisa deitar-se num sofá e contar coisas que, às vezes, são muito desagradáveis de se contar” – foi sua resposta. “Bem, na Logoterapia, o paciente pode ficar sentado normalmente, mas precisa ouvir certas coisas que, às vezes, são muito desagradáveis de se ouvir”, respondeu Frankl.

⁴⁰ FRANKL, 2008, p.117.

⁴¹ FRANKL, 2008, p. 118.

⁴² FRANKL, 2008, p.123.

A Logoterapia não nasceu de um *insight*, de um estalo intelectual. Como quase tudo que existe, ela se apoiou nos “ombros dos gigantes”⁴³ que a antecederam. A Logoterapia se baseia na Psicoterapia Existencialista que, por sua vez, baseia-se na Espiritualidade Imanente de Carl Gustav Jung⁴⁴. O grande problema de Frankl, com seus antecessores vienenses, foi o determinismo mecanicista. O mesmo acabou por ocorrer com Alfred Adler, de quem se afastou não muito amigavelmente, em 1927⁴⁵.

Ele não aceitava, de forma alguma, que a vida fosse um conjunto de reações bioquímicas, um produto de forças e mecanismos biopsicológicos que se sucedem harmonicamente no sistema nervoso central e cujo somatório resulta num fenômeno autopropulsivo e que evolutivamente progride e se torna mais complexo nos animais superiores, como o homem, devido, exclusivamente, a fatores “de sobrevivência” a vencer nos pertinentes “nichos ecológicos”⁴⁶.

Como se percebe, a dificuldade de Frankl se dá no sistema de causa e efeito, na antropologia e na transcendência. Frankl, inclusive, não tem escrúpulos a falar de Deus em sua terapia embora, em sua época, isto representasse quase uma “heresia científica”.

Essa fê inconsciente da pessoa, que aqui se nos revela e está englobada e incluída no conceito de seu “inconsciente transcendente”, significaria então que sempre houve em nós uma tendência inconsciente em direção a Deus, que sempre tivemos uma ligação intencional, embora inconsciente, com Deus. E é justamente este Deus que denominamos de Deus inconsciente. [...] Já nos Salmos fala-se de um “Deus oculto”; na antiguidade helênica havia um altar dedicado “ao Deus desconhecido”. A nossa formulação de um “Deus inconsciente” significaria, então a relação oculta da pessoa com Deus igualmente oculto.⁴⁷

⁴³ Frase de Isaac Newton, em carta a Robert Hooke, em 15 de fevereiro de 1676. Literalmente: “Se vi mais longe foi por estar de pé sobre ombros de gigantes.”. Disponível em: <http://pt.wikiquote.org/wiki/Isaac_Newton>. Acesso em: 04 nov. 2012.

⁴⁴ RODRIGUES, Roberto. **Fundamentos da Logoterapia**. vol. 1. Petrópolis-RJ: Vozes, 1991, p. 33-36.

⁴⁵ RODRIGUES, 1991, p. 42.

⁴⁶ RODRIGUES, 1991, p. 37.

⁴⁷ FRANKL, Viktor Emil. **A presença ignorada de Deus**. 10. ed. São Leopoldo-RS: Sinodal; Petrópolis-RJ: Vozes, 2007, p. 58-59.

Que não haja engano, portanto. Frankl não está divinizando o inconsciente. A maneira dele conceber o inconsciente é muito diversa da de Freud e ainda mais completa que a de Jung. Para Frankl, o ser humano está imerso numa realidade espiritual⁴⁸, ainda que dela não se dê conta. A Logoterapia, então, sabe-se não sozinha no tratamento do sentido da vida, ainda que o paciente possa ser extremamente irreligioso.

Quando a fé atrofia, parece que ela se distorce, desfigura. Com efeito, não constatamos também no âmbito cultural, isto é, não somente numa escala individual, mas também social, que a fé reprimida degenera em superstição? E isso parece acontecer onde quer que o sentimento religioso se torne vítima de uma repressão por parte da razão despótica, de uma inteligência técnica. [...] Podemos dizer, porém, quanto à neurose obsessiva individual, não coletiva e, por extensão, quanto a toda neurose, que em muitos casos a deficiência de transcendência vingam-se através de uma existência neurótica.⁴⁹

O diálogo com a teologia, e a aceitação de uma esfera além do inconsciente não deve ser entendida, entretanto, como se Frankl fosse, também ele, um teólogo ou pastor. Frankl tem consciência nítida das diferenciações entre o sacerdote e o médico. Enquanto o sacerdote, o religioso, em seu entendimento, visa a salvação (da alma), o médico psicoterapeuta visa a higiene mental. Se aspectos religiosos surgirem durante essa higienização, não devem ser ignorados. Entretanto, seu objetivo último não é esse.

O alvo da psicoterapia é a cura da alma (*seelische Heilung*), ao passo que o alvo da religião, por seu turno, é a salvação da alma (*Seelenheil*). A grande diferença entre essas duas orientações já se mostra no fato de que o sacerdote, dadas as circunstâncias, lutará pela salvação da alma do seu fiel; ele o fará conscientemente, mesmo que o fiel caia, por isso, em tensões emocionais ainda mais fortes; o sacerdote não poderá poupá-lo disso; acontece que primária e originalmente o sacerdote não tem qualquer preocupação psico-higiênica; a religião é mais do que um simples meio de profilaxia psicossomática antiúlceras, como observou jocosamente um padre jesuíta dos Estados Unidos. Não obstante, por menos que a religião se preocupe em suas intenções primárias com a cura psíquica ou com medidas profiláticas, em seus resultados – não em sua intenção – ela não deixa de

⁴⁸ No alemão, existem duas palavras para espiritual: *geistig* e *geistlich*. A primeira, no entanto, é utilizada secularmente enquanto a segunda, eclesiasticamente. Frankl opta pela primeira. Cf. CRUMBAUGH, James C. **Logotherapy**: New Help for Problem Drinkers. Chicago-USA: Nelson-Hall, 1980.

⁴⁹ FRANKL, 2007, p. 66.

ter efeito psico-higiênicos e até psicoterapêuticos, uma vez que propicia à pessoa uma sensação de incomparável proteção e ancoramento que não pode ser encontrada alhures a não ser na transcendência, no Absoluto. Semelhante efeito colateral análogo e involuntário também podemos observar na psicoterapia, uma vez que, em alguns casos, o paciente reencontra ao longo da psicoterapia fontes, há muito soterradas, de uma fé original, inconsciente e reprimida. Mas, sempre que isso ocorre, jamais poderá ter sido intenção legítima do médico, a não ser que o médico se encontre com seu paciente no mesmo chão de credo religioso, para então agir numa coincidência de funções (médica e pastoral); neste caso, porém, desde o início, ele não tratou seu paciente como médico.⁵⁰

Para a Logoterapia, a maior força atuante no ser humano é a vontade de sentido. Ou seja, de encontrar o sentido na vida. Esse é um contraste bem óbvio (e assinalado por Frankl) com as duas outras escolas vienenses de psicoterapia, que o antecederam. Enquanto para Freud, a força motriz do ser é a “vontade de prazer” e para Adler a “vontade de poder”⁵¹. A Logoterapia olha para o futuro, o alvo da vida do ser humano.⁵²

2.1 Fundamentos da Logoterapia

Como citado anteriormente, o empirismo das teorias de Frankl se deu no trato com pacientes provindos da Primeira Grande Guerra e, de maneira pessoal e intensa, durante a Segunda Guerra Mundial. Ao deixar o campo de concentração, Frankl já havia trabalhado interiormente muitas das suas teorias. O próprio autor resumiu-as para um público leigo à psicoterapia⁵³. Entrementes, ela ocupa mais de 20 volumes em alemão⁵⁴ e não, em sua totalidade, uma negação absoluta das escolas que a precederam, nem da psicoterapia existencialista. Este pequeno ensaio, escrito por um leigo, ocupar-se-á do material disponível para leigos.

A seguir listar-se-á alguns conceitos caros à Logoterapia.

⁵⁰ FRANKL, 2007, p. 73-74.

⁵¹ Note-se aqui a semelhança da nomenclatura com Nietzsche, de onde Adler retirou muitos elementos.

⁵² FRANKL, 2008, p. 123- 124.

⁵³ FRANKL, 2008, p. 122-176.

⁵⁴ FRANKL, 2008, p. 124.

2.1.1 A vontade de Sentido

Para a Logoterapia, a vontade de sentido, a busca pelo que justifica se viver, é o sentido primordial de uma pessoa. É possível que alguém não somente viva, mas morra por seus princípios⁵⁵. Por outro lado, os aspectos morais decorrentes desse sentido de sua vida, são decisão espontânea do ser humano. Não são a vontade de sentido em si, mas as decisões decorrentes dela⁵⁶. Para Frankl, o psicoterapeuta deve buscar no paciente esse sentido último.

Naturalmente, pode haver casos em que a preocupação de um indivíduo com valores é, na realidade, uma camuflagem de conflitos interiores ocultos; mas esses casos são, antes, exceções à regra, e não a regra em si. Nesses casos realmente temos que lidar com pseudovalores, e como tais eles terão que ser desmascarados. O desmascaramento, entretanto, deveria cessar no momento em que nos deparamos com o que é autêntico e genuíno na pessoa, como, por exemplo, o desejo do ser humano por uma vida, tanto quanto possível, dotada de sentido. Caso não parar ali, a única coisa que o “psicólogo desmascarador” realmente desmascara é seu próprio “motivo oculto” – a saber, sua necessidade inconsciente de degradar e depreciar o que é genuíno, o que é genuinamente humano no ser humano.

Como se pode deduzir da antropologia de Frankl, a Logoterapia entende que o ser humano é dotado de forças espirituais – no sentido logoterápico – para executar, através de decisões, mudanças em sua própria vida – uma vez encontrado o seu sentido de viver.

2.1.2 Frustração existencial e neurose noogênica⁵⁷

A frustração existencial é a frustração da vontade de sentido. Segundo Frankl, a definição “existencial” tem três sentidos: a existência em si mesma, o sentido da existência e busca por um sentido concreto na existência pessoal⁵⁸. Essa frustração da vontade de sentido pode levar às neuroses que Frankl classificou como “noogênicas”, uma neurose não apenas mental – como definiram as demais escolas da psicoterapia – mas também do aspecto espiritual, por não se encontrar o sentido da vida. Ou seja, Frankl definiu um novo tipo de neurose, diferente das

⁵⁵ FRANKL, 2008, p. 125.

⁵⁶ RODRIGUES, 1991, p. 57.

⁵⁷ Frankl cunhou o termo “noogênica” a partir da palavra grega *noos* (espírito ou mente). Cf. FRANKL, 2008, pp. 57-58.

⁵⁸ FRANKL, 2008, p. 126.

psicogênicas. Nessas neuroses a Logoterapia tem seu papel principal⁵⁹.

Um dos objetivos da logoterapia é ajudar essas pessoas a encontrar os valores e o sentido para os mesmos. É mostrando aos pacientes que os mesmos têm uma “vontade de sentido” que se faz logoterapia. Esta terapia considera o paciente como um ser humano que aspira a cumprir um sentido e a realizar seus princípios morais. E a diferença fundamental com a psicanálise, nesse contexto, é que, ao contrário desta que considera que o homem busca sempre uma gratificação, a logoterapia assegura que a principal meta é a *compreensão e a aceitação das realidades da vida*; e que, mesmo adversas, essas realidades representam um destino existencial ao qual o homem é “carregado” e do qual não pode escapar.⁶⁰

Não se pode ignorar o sofrimento que advém da neurose noogênica. A falta de compasso com sua vontade de sentido, muitas, vezes, leva ao sofrimento. Por outro lado, muitas vezes o sofrimento se coaduna justamente com a vontade de sentido. Segundo Frankl,

Nem todo conflito é necessariamente neurótico; certa dose de conflito é normal e sadia. De forma similar, o sofrimento não é sempre um fenômeno patológico; em vez de sintoma de neurose, o sofrimento pode ser perfeitamente uma realização humana, especialmente se o sofrimento emana de frustração existencial. Eu negaria categoricamente que a busca por um sentido para a existência da pessoa, ou mesmo sua dúvida a respeito, sempre provenha de alguma doença ou mesmo resulte em doença. A frustração existencial em si mesma não é patológica nem patogênica. A preocupação ou mesmo o desespero da pessoa sobre se a sua vida vale a pena ser vivida é uma angústia existencial, mas de forma alguma uma doença mental.⁶¹

Assim, a Logoterapia não é uma simples amenizadora de sofrimentos, quando ele é exatamente parte da vontade de sentido. Obviamente, Frankl não é um masoquista. Para ele “sofrimento deixa de ser sofrimento no instante em que encontra um sentido, como o sentido de um sacrifício”⁶².

É preciso deixar perfeitamente claro, no entanto, que o sofrimento não é de modo algum *necessário* para encontrar sentido. Insisto apenas que o sentido é possível mesmo a despeito do sofrimento – desde que, naturalmente,

⁵⁹ RODRIGUES, 1991, p. 58.

⁶⁰ RODRIGUES, 1991, p. 58. Itálicos do autor.

⁶¹ FRANKL, 2008, p. 127-128.

⁶² FRANKL, 2008, p. 137.

o sofrimento seja inevitável. Se ele *fosse* evitável, no entanto, a coisa significativa a fazer seria eliminar sua causa.⁶³

2.1.3 Noodinâmica

A noodinâmica pode ser definida como um estado de tensão entre o que se é e o que se deveria ser. Essa tensão é justamente o que a psicanálise quer eliminar. Para esta última, a busca deve ser pelo equilíbrio, aquilo que denomina de homeostase⁶⁴. A Logoterapia afirma que essa tensão é a condição normal do homem e que, sem ela, não realiza sua vontade de sentido. Frankl, para explicá-la, recorre a uma sentença de Nietzsche: “Quem tem *por que* viver suporta quase qualquer *como*”⁶⁵.

Frankl pôde experimentar a noodinâmica em ação quando, no campo de concentração, teve confiscado um manuscrito seu, pronto para publicação. Nos anos em que passou lá, reescreveu-o em pequenos pedaços de papel que encontrava, em meio a escuridão dos barracões, a fim de poder reescrevê-lo caso um dia conseguisse ser libertado.

2.1.4 Vazio existencial

A falta de um sentido para a vida é muitas vezes mascarada por atividades cotidianas repetitivas. Assim, o ser humano engana-se, vivendo por viver. Entretanto, o vazio existencial se demonstra através do tédio. Essa é, segundo Frankl, a causa porque o trabalhador não sabe o que fazer com seu tempo livre. A isso chama de “neurose dominical”⁶⁶.

Rodrigues também faz um diagnóstico preciso do que ocorre com o ser humano:

Nesse estado as pessoas sentem uma espécie de tédio ou fastio interno. A “neurose de domingo” seria um bom exemplo de “estado de vazio existencial”, onde uma falta de significado das coisas e uma prostração ou depressão se apossa das pessoas exatamente nos dias em que elas não podem fugir do “vácuo” através das atividades rotineiras que mascaram o quadro. Algumas consequências podem ser o suicídio, o alcoolismo, a toxicomania. Também este estado é, na atualidade, muito frequente entre

⁶³ FRANKL, 2008, p. 138. Itálicos do autor.

⁶⁴ Cf. RODRIGUES, 1991, p.58.

⁶⁵ FRANKL, 2008, p. 129.

⁶⁶ FRANKL, 2008, p. 131-132.

jovens e velhos; entre pessoas que, com a automação da atividade, vão tendo mais tempo de folga e não sabem o que fazer com essa ociosidade⁶⁷.

Para Frankl, o tédio superou as angústias, nos tratamentos psicoterapêuticos⁶⁸.

Algumas vezes, o ser humano tenta satisfazer o vazio existencial com a vontade de prazer. Isso explica o porquê das compulsões sexuais, pelas drogas e pelo álcool. Outras vezes, tenta-se a satisfação através da vontade de poder, através do ganhar dinheiro, do trabalho, etc.⁶⁹.

2.1.5 O sentido da vida e a essência da existência

Frankl trata a pergunta pelo sentido da vida. Antes de mais nada, é preciso saber que o sentido da vida muda de “pessoa para pessoa, de um dia para o outro, de uma hora para outra”⁷⁰. Não há uma única resposta para essa pergunta. Por isso, deve-se falar de um sentido específico na vida de uma pessoa em determinado momento. Isso não significa que o sentido da vida de uma pessoa pode ainda não estar revelado totalmente, dependendo do desenrolar da história. Mas, de qualquer maneira, não quer dizer que pela plenitude do sentido da vida não ter aparecido, que não haja um sentido nela, operando naquele exato momento. Nesse sentido, Frankl é categórico: “Em última análise, a pessoa não deveria perguntar qual o sentido da sua vida, mas antes deve reconhecer que é *ela* que está sendo indagada”⁷¹. O ser humano deve uma resposta à vida, nesse sentido. Afinal, que resposta ele dá para ela?

Aqui surge mais um conceito caro à Logoterapia: a responsabilidade. Cada ser humano é responsável diante da vida. Ele somente pode responder a ela sendo responsável. É essa responsabilidade que dará o sentido à vida humana.

A logoterapia deixa ao paciente a *responsabilidade* de decidir as suas opções, ou melhor, a *opção de decidir por que, ante que ou ante quem ele se considera responsável*. Nada é imposto ao paciente com respeito

⁶⁷ RODRIGUES, 1991, p. 59.

⁶⁸ FRANKL, 2008, p. 131.

⁶⁹ Mais uma vez, note-se como Frankl subjugava as escolas anteriores, de Freud e Adler sem, no entanto, desfazer-se delas.

⁷⁰ FRANKL, 2008, p. 133.

⁷¹ FRANKL, 2008, p.133. Itálicos do autor.

a valores, pois não se permitirá que o paciente transfira ao terapeuta a responsabilidade de julgar. O logoterapeuta não exalta o paciente a seguir qualquer fé ou doutrina; não aconselha, não ensina nem faz pregações morais ou arazoamentos lógicos.⁷²

Para melhor explicar essa responsabilidade diante da vida – a essência da existência – Frankl recorre a uma máxima, formulada por ele: “Viva como se já estivesse vivendo pela segunda vez, e como se na primeira vez você tivesse agido tão errado como está prestes a agir agora”⁷³.

Essa responsabilidade diante da vida, só pode ser alcançada no serviço “ao outro”. Para a Logoterapia, não existe essência da vida em si mesmo. Frankl postula a essência da existência como uma autotranscendência. A autorrealização vem quanto maior for a autotranscendência.

Ao declarar que o ser humano é uma criatura responsável e precisa realizar o sentido potencial de sua vida, quero salientar que o verdadeiro sentido da vida deve ser descoberto no mundo, e não dentro da pessoa humana ou de sua psique, como se fosse um sistema fechado. Chamei essa característica constitutiva de “a autotranscendência da existência humana”. [...] Quanto mais a pessoa esquecer e si mesma – dedicando-se a servir uma causa ou a amar outra pessoa –, mais humana será e mais se realizará.⁷⁴

2.1.6 O sentido do amor

Ao contrário da vontade de prazer – leia-se Freud –, o amor é o fenômeno primário, não o sexo. O sexo, na Logoterapia, é visto como subproduto do amor. Para Frankl, só se pode ter consciência última de outro ser humano, amando-o. É através do amor que se poderá ver de fato o que ele é e o que ainda está por ser. E é através do amor que se poderá auxiliar, permitir, que a pessoa amada venha a ser o que a vida espera, que alcance sua vontade de sentido. Quando no campo de concentração, o amor a sua esposa ficou claro, a despeito da falta de apetite sexual, era o amor que se dirigia a ela, não a satisfação de instintos.

2.1.7 O sentido do sofrimento

A vida, muitas vezes, nos coloca numa situação sem esperança, fatalista,

⁷² RODRIGUES, 1991, p. 60.

⁷³ FRANKL, 2008, p. 134.

⁷⁴ FRANKL, 2008, p.135.

que não pode ser mudada. Também nessas situações é possível se encontrar sentido. Transformar uma tragédia pessoal em triunfo é dar testemunho “do potencial especificamente humano no que ele tem de mais elevado [...] converter o nosso sofrimento numa conquista humana”⁷⁵.

Para a Logoterapia, quando o sofrimento é inevitável, aceitá-lo é a única maneira de encontrar sentido nele. Se o sofrimento não pode ser alterado, então o desafio é alterar-se a si próprio.

Encontrar o sentido no sofrimento é a mais nobre e alta tarefa da Logoterapia. Para exemplificar, segue exemplo contado pelo próprio Frankl:

Certa vez um clínico geral de mais idade veio consultar-me por causa de uma depressão muito profunda. Ele não conseguia superar a perda de sua mulher, que falecera fazia dois anos e a qual ele amara acima de tudo. Bem, como poderia eu ajudá-lo? Que poderia lhe dizer? Abstive-me de lhe dizer qualquer coisa e, ao invés, confrontei-o com a pergunta: “Que teria acontecido, doutor, se o senhor tivesse falecido primeiro e sua esposa tivesse que lhe sobreviver?” “Ah”, disse ele, “isso teria sido terrível para ela; ela teria sofrido muito!” Ao que retruquei: “Veja bem, doutor, ela foi poupada desse sofrimento e foi o senhor que a poupou dele; mas agora o senhor precisa pagar por isso, sobrevivendo a ela e chorando sua morte”. Ele não disse uma palavra, apertou minha mão e calmamente deixou meu consultório. Sofrimento, de certo modo, deixa de ser sofrimento no instante em que encontra um sentido, como o sentido de um sacrifício”⁷⁶.

Um outro exemplo digno de nota encontra-se no relato da tristeza que o próprio Frankl sofreu ao ter seu manuscrito – seu filho espiritual, como chama – confiscado ao trocar as roupas pelas de prisioneiro no campo de concentração.

[...] Parecia agora que nada nem ninguém sobreviveria a mim; nem filho físico nem filho espiritual que fossem meus! Vi-me assim confrontado com a questão de se, dentro dessas circunstâncias, minha vida carecia de qualquer sentido em última análise. Eu ainda não percebia que uma resposta para essa questão, com que eu estava me debatendo tão desesperadamente, já estava à minha espera e que pouco depois ela me seria dada. Foi quando tive que entregar minha roupa e, em troca, herdei os trapos surrados de um recluso que fora mandado para a câmara de gás, logo depois de sua chegada à estação ferroviária de Auschwitz. Em lugar do grande número de páginas do meu manuscrito, encontrei no bolso da capa recém-adquirida uma única página, arrancada de um livro de orações hebraico, contendo a principal oração judaica, o *Shemá Ysrael*. Como interpretar semelhante “coincidência” senão como desafio no sentido de *viver* meus pensamentos,

⁷⁵ FRANKL, 2008, p. 136-137.

⁷⁶ FRANKL, 2008, p. 137.

em vez de simplesmente colocá-los no papel?⁷⁷

Frankl também relata da pergunta principal dos prisioneiros no campo de concentração: Será que vamos sobreviver? Senão, nada disso tem sentido. Para Frankl, a pergunta era: Tem sentido todo esse sofrimento ao meu redor? Senão, não vale a pena sobreviver. Como se pode perceber, a busca pelo sentido era superior a busca pela própria vida. E foi isso que proporcionou a Frankl sobreviver, não a sobrevivência em si mesma⁷⁸.

2.1.8 O suprasentido da vida

A Logoterapia entende que a vida tem um suprasentido, superior e inalcançável ao entendimento do ser humano, que dá sentido a todo sofrimento.

Para exemplificar, Frankl pergunta se um macaco utilizado para produzir soro contra a poliomielite entenderia o porquê de ser picado vez após vez, diariamente. Obviamente, o macaco não tem como entender o sentido do seu sofrimento, porque não pode adentrar o mundo dos humanos com sua lógica e seu raciocínio. Será, pergunta Frankl, que também para os humanos não haverá uma existência, além da dimensão humana, onde todo sofrimento fará sentido?⁷⁹ Vê-se que, ao falar em suprasentido, a Logoterapia tem espaço para diálogo com as religiões, apesar de ela mesma não ser religiosa.

Entretanto, a Logoterapia entende que a religião pode ajudar em muitos casos. A religiosidade do paciente não deve ser combatida.

De qualquer maneira, o que a Logoterapia propõe não é um sofrer por sofrer, um sofrer a despeito de. Nesse ponto, Frankl afasta-se do Existencialismo⁸⁰.

Esse sentido último necessariamente excede e ultrapassa a capacidade intelectual finita do ser humano; na logoterapia falamos nesse contexto de um suprasentido. O que se requer da pessoa não é aquilo que alguns filósofos existenciais ensinam, ou seja, suportar a falta de sentido da vida; o que se propõe é, antes, suportar a incapacidade de compreender, em termos racionais, o fato de que a vida tem um sentimento incondicional. O *logos* é

⁷⁷ FRANKL, 2008, p. 139. Itálicos do autor.

⁷⁸ FRANKL, 2008, p. 139.

⁷⁹ FRANKL, 2008, p. 141-142.

⁸⁰ Filosofia humanista dos séculos XIX e XX que não vê sentido algum na vida e que entende o homem como escravo da sua liberdade. Cf. WIKIPEDIA. Iluminismo. Disponível em: <<http://pt.wikipedia.org/wiki/Existencialismo>>. Acesso em: 04 nov. 2012.

mais profundo que a lógica⁸¹.

2.1.9 A transitoriedade da vida

A morte também parece tirar o sentido da vida. Nesse sentido, a Logoterapia tem como premissa a valorização do passado. Aquilo que um ser humano foi, suas escolhas, suas decisões sobre o que viria ou não a existir, compõe-se de “pegadas no tempo”, que jamais serão apagadas. Nesse sentido, Frankl é categórico ao afirmar que o jovem deve invejar o velho⁸².

O pessimista, diz Frankl, é aquele que observa com tristeza o calendário na parede ficar cada vez mais fino de folhas. Por outro lado, aquele que enfrenta os dissabores da vida, é aquele que, ao retirar cada folha, a guarda, juntamente com anotações importantes no verso. Essa riqueza do passado, com seus erros e acertos, sofrimentos e alegrias, ninguém lhe pode tirar. Assim, a morte não é uma tristeza, mas o ponto máximo no acumular de experiências.

2.1.10 Logoterapia como técnica

Frankl tinha a preocupação que sua obra pudesse ser considerada uma filosofia ou uma crença e, por isso, fez questão de listar passos técnicos que utiliza⁸³, mais especificamente falando, da “intenção paradoxal” e da “desreflexão”⁸⁴.

A intenção paradoxal postula que o medo produz exatamente aquilo do qual se tem medo. Por outro lado, quanto mais o ser humano se esforça em demonstrar que não possui determinado temor, mais fracassará. A isso Frankl chama de “hiperintenção”⁸⁵.

Ironicamente, da mesma forma como o medo faz acontecer aquilo de que se tem medo, uma intenção forçada torna impossível aquilo que se deseja muito. Essa intenção excessiva, ou “hiperintenção”, como eu a chamaria, pode ser observada particularmente em casos de neurose sexual. Quanto mais um homem procura demonstrar sua potência sexual, ou quanto mais a mulher tenta mostrar sua capacidade de experimentar o orgasmo, menos chance de sucesso terão.⁸⁶

⁸¹ FRANKL, 2008, p. 142. Itálicos do autor.

⁸² FRANKL, 2008, p. 145.

⁸³ Cf. RODRIGUES, 1991, p. 63.

⁸⁴ Cf. FRANKL, 2008, p. 145-151 e RODRIGUES, 1991, p. 71-78.

⁸⁵ Cf. FRANKL, 2008, p. 146.

⁸⁶ FRANKL, 2008, p. 146.

A técnica, utilizada pela Logoterapia, nesses casos, é expor o paciente aos medos que ele teme “por antecipação”⁸⁷. Se seu medo é de falar em público, ele deve se expor naturalmente a situações em que isso lhe seja exigido, desejando que os males que tanto teme: rubor, falta de ar, vergonha, etc., realmente lhe ocorram. Nesse sentido, ele deve manter um distanciamento de si mesmo, uma autotranscendência, no sentido de poder observar-se a si mesmo naquela situação. Segundo Frankl, desejando-se o mal antes que aconteça (ao invés de ansiosamente temê-lo), cessa a ansiedade e anula-se as consequências.

Uma outra técnica encontrada na Logoterapia é a “desreflexão”. Ela é aplicada quando o paciente está por demais angustiado com os sintomas de seu distúrbio. Não é um medo antecipatório, como o tratado pela intenção paradoxal, mas uma fobia pelos efeitos que realmente existem e se apresentam. O paciente deve então rir-se do seu problema. Assumir uma atitude de “se é inevitável, eu a quero em quantidade”. Isso tira o círculo vicioso em que se encontra, da fobia e do medo do sintoma da fobia. Ou seja, à hiperreflexão é necessária a desreflexão⁸⁸.

2.1.11 Neurose coletiva e pandeterminismo

A Logoterapia entende que há neuroses que são produzidas pela sociedade, de diferentes formas e em diferentes tempos. A do tempo de Frankl – talvez a dos tempos atuais, também – era a crise existencial. Para ser uma ajuda, a psicoterapia deve identificar e permanecer imune a essas neuroses coletivas. Frankl entende que só se pode fazer isso quando não se reduz o ser humano. A diminuição do ser humano é notada quando se usa, segundo ele, a expressão “não mais que”. Ou seja, o ser humano é “não mais que” uma máquina que reage a estímulos, por exemplo.

Faz-se necessário entender que Frankl está criticando severamente a psicoterapia de sua época, especialmente as escolas que o precederam. Para ele, o pandeterminismo que imperava na psicoterapia era inaceitável porque justamente limitava o ser humano. E o ser humano era muito mais que um ser determinado, mas, em suas próprias palavras: “Ele não simplesmente existe, mas sempre

⁸⁷ Note-se a semelhança e, ao mesmo tempo, o distanciamento com a psicologia comportamental (behaviorista).

⁸⁸ FRANKL, 2008, p. 151.

decide qual será sua existência, o que ele se tornará no momento seguinte⁸⁹. A singularidade do ser humano não pode ser facilmente descrita.

2.1.12 O credo psiquiátrico

A Logoterapia age segundo o credo máximo de seu fundador, Viktor Emil Frankl. E sua crença está diretamente ligada a seu conceito de dignidade do ser humano. Poder-se-ia dizer que nos campos de concentração, Frankl experimentou condições indignas. Mas ele nunca duvidou de sua própria dignidade.

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. Um indivíduo incuravelmente psicótico pode perder sua utilidade, mas conservar a dignidade de um ser humano. Esse é meu credo psiquiátrico.⁹⁰

2.2 Exemplos da Logoterapia aplicada

De nada vale um simples conceito sem que, na prática, se perceba sua utilidade. Frankl já sabia que a Logoterapia poderia ser reduzida a uma simples filosofia ou “carta de intenções”. O empirismo de Frankl certamente se deu no campo de concentração. Tanto assim que, antes de falar dos princípios de sua escola psicoterápica, deixa registrada sua história no campo de concentração.

Assim, parece interessante ver como a Logoterapia evoluiu, tanto no diálogo com outras disciplinas quanto nas diferentes aplicações práticas que recebeu. Adiante, será analisado dois casos: um, na clínica pastoral, e outro no auxílio a pessoas com problema de alcoolismo.

2.3 A Logoterapia e a Clínica Pastoral

Para entender como a Logoterapia pode ser uma auxiliar também a partir da pregação cristã, examinar-se-á como Leslie aplica o texto do evangelho de João, capítulo 4, versos 4 a 27, que trata da mulher samaritana⁹¹. Ele intitulou o

⁸⁹ FRANKL, 2008, p. 153.

⁹⁰ FRANKL, 2008, p. 155.

⁹¹ LESLIE, Robert C. *Jesus and Logotherapy*. Tennesse-USA: Abingdon Press, 1965, p.

capítulo de seu livro que trata sobre isso como Preenchendo o Vácuo Existencial⁹².

Para Leslie, o que se pode perceber da vida da samaritana é um imenso vazio existencial. Ela vivia sua vida sem ter encontrado o sentido dela. Dia após dia, vinha ao poço para retirar água e levava uma vida de rotina.

Sem encontrar sentido nenhum em que fazia, vivendo por viver, tentou preencher seu vazio com o prazer. Compulsivamente, através do sexo, tentou remediar sua vida. Um marido⁹³ após o outro, até estar no quinto.

Jesus a confronta com sua imoralidade. Não é um terapeuta reflexivo, mas direto. Ao mesmo tempo, invade sua vida com a promessa: “Aquele, porém, que beber da água que eu lhe der, nunca mais terá sede”⁹⁴.

Jesus lhe mostra que o verdadeiro sentido da vida não é o relacionamento com os outros, ainda que seja importante, mas o relacionamento com Deus. Ela estava vivendo há tanto tempo olhando para o ponto de vista errado. Jesus deixa claro que Deus quer adoradores que o adorem “em espírito e em verdade”⁹⁵.

Segundo Leslie,

Indicar a essa mulher a futilidade de procurar felicidade através da porta do prazer sexual foi a principal ênfase no ministério de Jesus para ela. Reconhecendo que ela tinha tentado preencher o vácuo existencial com a busca por prazer, Jesus não hesitou em fazer disso a questão da matéria. Se ele pudesse ajuda-la, como ao filho pródigo, a cair em si mesma, ela poderia ser ajudada a ver que a autorrealização pela busca pelo prazer é invariavelmente um beco sem saída. [...] O prazer vem, não por procurá-lo, mas por encontrar satisfação em preencher um lugar de responsabilidade na vida⁹⁶.

Frente a isso, a vida da mulher samaritana ganha um sentido. Ela passará

47-54.

⁹² *Filling the Existential Vacuum*, no original inglês.

⁹³ A expressão “marido” é mantida, por ser assim traduzida por Almeida a palavra grega “andras” (ἄνδρας).

⁹⁴ Jo 4.14.

⁹⁵ Jo 4.23.

⁹⁶ LESLIE, 1965, p. 52. “*To indicate to this woman the futility of finding happiness sought through the doorway of sexual pleasure was a major emphasis in Jesus’ ministry to her. Recognizing that she had tried to fill the existential vacuum with the pursuit of pleasure, Jesus did not hesitate to make an issue of the matter. If he could help her, like the prodigal son, to come to herself, she could be helped to see that self-realization through pleasure seeking is invariably a dead-end street. [...] Pleasure comes, not by seeking it, but by finding the satisfaction of filling one’s responsible place in life*”.

a buscar um relacionamento correto com Deus. A sua anunciação a todos de que Cristo havia lhe desvendado toda a vida é prova disso. Ela muda a sua conduta, a partir do confronto com Jesus.

Assim como essa mulher encontrou a solução para a sua vida, não pelo prazer sexual, mas por ter encontrado o sentido da sua vida – ser uma verdadeira adoradora, todos podem encontrar seu verdadeiro sentido na vida.

2.4 A Logoterapia e a ajuda aos dependentes do alcoolismo

Crumbaugh analisa o problema do alcoolismo da mesma forma que Frankl. Para ele, a queda no alcoolismo se dá pela falta de um motivo para viver, um sentido de vida. O que leva alguém a procurar a fuga pelo álcool, ainda que não saiba, é o vazio existencial, como toda compulsão⁹⁷. Assim, o tratamento da causa passa pela busca pela vontade de sentido.

Postulante da antropologia de Frankl, de que o homem pode se adaptar (e vencer) às piores situações, Crumbaugh encontra na motivação a chave para a superação do problema. Não ignora, é verdade, os aspectos clínicos e biológicos envolvidos no alcoolismo. Tanto é que os dois primeiros capítulos de seu livro são escritos por médicos convidados⁹⁸. Entretanto, para Crumbaugh, o alcoólico pode ajudar-se a si mesmo, motivando-se para atitudes que o façam superar seu problema.

Note-se que o livro tem o tom de autoajuda. Sua intenção é a de que pessoas encontrem por si mesmas o caminho para sair da dependência. Esse, no entanto, é um truque de Crumbaugh. Em capítulos mais à frente, deixará claro que só se pode conseguir através de relacionamentos que ele chama de “nível humano de encontro”⁹⁹.

O que Crumbaugh chama de “motivação”, nada mais é que a *decisão* de se seguir o tratamento. Está em acordo com a Logoterapia crer que o ser humano pode sair das mais terríveis situações, através da *responsabilidade*. Observa-se, por exemplo, quando diz:

⁹⁷ CRUMBAUGH, James C. **Logotherapy**: New Help for Problem Drinkers. Chicago-USA: Nelson-Hall, 1980, p. 21.

⁹⁸ São eles: William M. Wood e W. Chadwick Wood.

⁹⁹ CRUMBAUGH, 1980, 83.

A chave para tudo isto é que você tem querido receber sem dar nada (em troca). Você tem querido os resultados sem ter os valores de vida e significado que os produzem. Você tem buscado um efeito certo sem entender como manipular a causa que produzirá esse efeito.¹⁰⁰

Ou:

Se você é autoconfiante, você confiará em sua habilidade de fazer a decisão certa. [...] Acreditar em si mesmo significará que você acreditará em sua escolha, ainda que pense que é feita em face de dados incompletos. Para ter fé em alguma coisa, nós precisamos primeiro ter fé em nós mesmos.¹⁰¹

A essa motivação, Crumbaugh chama de querer “ser alguém”¹⁰². Obviamente, é uma abordagem tipicamente americana. Mesmo assim, aponta para uma tomada de decisão consciente. Crumbaugh defende que a Logoterapia é a chave para ter essa motivação para mudança de vida¹⁰³.

Crumbaugh lista cinco passos para se sobrepor ao alcoolismo. O primeiro deles é escolher uma visão da vida, entre duas que ele apresenta. A primeira é entender que o homem é uma mera máquina, sujeito a leis de causa e efeito e que nada externo a ele pode lhe ajudar. Nessa visão, ponto de vista, não há vida após a morte nem sobrevivência da personalidade de forma perene. Crumbaugh entende esse ponto de vista como existencialista, mecanicista, reducionista e positivista¹⁰⁴.

A outra visão da vida é a de que o homem é muito mais que uma máquina, que decide seu futuro e que ele tem um propósito por estar aqui nesse mundo. Essa visão de vida subentende uma inteligência superior a do homem¹⁰⁵.

Se a escolha for a primeira visão, então não há como se ajudar, uma

¹⁰⁰ CRUMBAUGH, 1980, p. 17. “*The key to it all is that you have wanted to receive without giving. You have wanted the results without having the life values and meanings that produce them. You have wanted a certain effect without understanding how to manipulate the cause that will produce this effect*”.

¹⁰¹ CRUMBAUGH, 1980, p. 64-65. “*If you are self-confident, you will trust your ability to make the right decision. [...] Believing in yourself will mean that you will believe in your choice, even though it is made in the face of incomplete data. To have faith in anything, we must first have faith in ourselves*”.

¹⁰² CRUMBAUGH, 1980, p. 18.

¹⁰³ CRUMBAUGH, 1980, p. 21.

¹⁰⁴ CRUMBAUGH, 1980, p. 48.

¹⁰⁵ CRUMBAUGH, 1980, p. 49.

vez que a causa do vazio existencial está subentendida. Mas, se a escolha for pela segunda forma de ver a vida, então há esperança, uma vez que se tem um objetivo de vida, um sentido para ela.

O segundo passo é desenvolver a autoestima. Crumbaugh chama a isso de “Poder de Exercitar a Liberdade”¹⁰⁶:

[...] o homem tem uma área de livre decisão, [...] toda vida humana *não* é completamente determinada por condicionamento mais hereditariedade, e [...] portanto nós podemos exercitar algumas escolhas livres para modificar nossa própria situação e dirigir nossas vidas em direção a objetivos escolhidos¹⁰⁷.

Essa possibilidade de saber-se dono do próprio futuro, capaz de fazer (boas) escolhas, é que aumentará a autoestima e a autoconfiança. Elas têm que ser exercidas e exercitadas.

O terceiro passo é ter pensamentos criativos. Sobre pensamentos criativos, Crumbaugh entende o enfrentar a vida sabendo que há um poder por trás de toda decisão. Ou seja, não se está sozinho nas tomadas de decisão nem há necessidade de se ocupar com pensamentos derrotistas¹⁰⁸.

O quarto passo – e o mais importante – é chamado “encontrar”. Aqui, será explicitado que ninguém é feliz sozinho. “Nenhum homem é uma ilha” – afirmou John Donne¹⁰⁹ e, pela Logoterapia, o ser humano só encontra seu sentido de vida “para dentro do mundo”. Isso significa que é a partir dos relacionamentos humanos que se irá conseguir ajuda para vencer o alcoolismo.

Há diversos tipos de ajuda. Crumbaugh cita, por exemplo, juntar-se ao YWCA¹¹⁰ (Young Men’s Christian Association – Associação Cristã para Jovens);

¹⁰⁶ *Power of Freedom Exercise*. Cf. CRUMBAUGH, 1980, p. 67.

¹⁰⁷ CRUMBAUGH, 1980, p. 67. “[...] *man does have an área of free will, [...] that all human life is not completely determined by conditioning plus heredity, and [...] therefore we can exercise some free choices to modify our own situation and to direct our lives toward chosen goals*”.

¹⁰⁸ CRUMBAUGH, 1980, p.72.

¹⁰⁹ Poeta, satírico, advogado e clérigo da Igreja Anglicana. Nasceu em 1572 e morreu em 1631. Cf. WIKIPEDIA. **John Donne**. Disponível em: <http://en.wikipedia.org/wiki/John_Donne>. Acesso em: 04 nov. 2012.

¹¹⁰ Organização mundial que trabalha valores cristãos nos jovens, desenvolvendo saudáveis: corpo, alma e espírito. Cf. WIKIPEDIA. **YMCA**. Disponível em: <<http://en.wikipedia.org/wiki/Ymca>>. Acesso em: 04 nov. 2012.

entrar para um clube de dança de salão; encontrar grupos de interesse; frequentar a Escola Dominical¹¹¹; retomar aulas numa escola para adultos; ser voluntário em algum serviço social; identificar, com a ajuda de um psicólogo, quais aptidões atendem melhor a si; procurar (com cuidado) um serviço profissional para encontrar um envolvimento e frequentar as reuniões dos Alcoólicos Anônimos. Observa-se que a cultura em *background* é a americana, notadamente quando cita serviços de encontro de parceiras e o YMCA. Entretanto, o princípio logoterápico está posto: quem vive, vive para “fora de si”¹¹².

O quinto ponto é a aplicação da desreflexão. Ou seja, interromper o processo pelo qual se vive com medo dos efeitos do problema. Deixar de prestar atenção a falhas, inadequações, deficiências, infortúnios e passividade para focar em bons pontos, sucessos, atitudes e atividades. O que o autor deseja, na verdade, é que o alcoólico deixe de se considerar um coitado e passe a manejar sua vida. Fica claro, também, em suas linhas, que a busca pela fé é extremamente importante. Diversas vezes refere-se aos Alcoólicos Anônimos¹¹³ como também contando, em seus métodos, com a ajuda de um “Ser Superior”. Não fica claro se esse ser está na área espiritual de Frankl – o Deus oculto –, ou se no Deus de alguma religião específica¹¹⁴. De qualquer forma, o autor aconselha a buscar o sentido da existência no espiritual.

Crumbaugh sabe que suas propostas não são uma fórmula mágica, mas desafia a que se tente os métodos logoterápicos que estão descritos em maiores detalhes em seu livro.

¹¹¹ Muitas igrejas têm escolas dominicais, onde se ensinam a doutrina bíblica bem como diversos aspectos da vida cristã.

¹¹² Em algumas Comunidades Terapêuticas, é o equivalente à Laborterapia e à Reinserção Social.

¹¹³ Associação de homens e mulheres que descobriram ser e admitem ser incapazes de controlar o álcool. Uma irmandade internacional, presente em mais de 180 países, com o objetivo de manterem-se sóbrios e ajudar outros que o procuram a também manterem-se sóbrios. Cf. <<http://www.alcoolicosanonimos.org.br/quem-somos.html>>. Acesso em: 04 nov. 2012.

¹¹⁴ Embora, pela nacionalidade do autor, pelo uso constante da Bíblia em seu livro e pela indicação de se procurar a YMCA e Escolas Dominicais, se desconfie de algum ramo do protestantismo histórico.

3 CONCLUSÃO

A terceira escola de Viena da psicoterapia é, com certeza, a que mais valoriza o ser humano em sua totalidade, é a mais holística. Ela conseguiu sobrepor a visão mecanicista que havia da pessoa, reduzindo-a a uma máquina que atende a leis de causa e efeito. Livrou-a de encontrar o sentido da vida apenas na vontade de prazer e da vontade de poder. Ao mesmo tempo, conseguiu superar também a psicologia existencialista e o viver “por viver” – identificando essa atitude justamente com o tédio advindo do vazio existencial.

Com suas teorias, Viktor Emil Frankl descortinou uma nova dimensão para o ser humano: a dimensão espiritual. Muitas neuroses nascem não de problemas mentais, mas do descompasso entre o mundo espiritual e a proposta de vida que cada um toma para si. Segundo Frankl, encontrar esse motivo, ainda que traga sofrimento inevitável, é o que trará a força necessária para superar as adversidades e prosseguir em frente.

Através de sua triste experiência de vida, Frankl deixou demonstrado como suas ideias funcionam na prática. Ele prosseguiu, ainda que a custo de perdas enormes.

A Logoterapia, assim, abre-se para o diálogo com as demais disciplinas humanas. Ela não se nega a falar de Deus. Não se nega a receber os benefícios advindos da Teologia. Não desconstrói a religião do paciente.

Para a Logoterapia, a vontade de sentido é a maior força existente no ser humano e sua maior necessidade. Por isso, ela poderia até falar em salvar, curar uma geração inteira de suas neuroses coletivas.

Trata-se de material extremamente relevante e atual, que deveria ser mais considerado também no âmbito eclesialístico.

REFERÊNCIAS

- CRUMBAUGH, James C. **Logotherapy**: New Help for Problem Drinkers. Chicago-USA: Nelson-Hall, 1980.
- FRANKL, Viktor Emil. **A presença ignorada de Deus**. 10. ed. São Leopoldo-RS: Sinodal; Petrópolis-RJ: Vozes, 2007.
- FRANKL, Viktor Emil. **Em busca de sentido**: um psicólogo no campo de concentração. 30. ed. São Leopoldo-RS: Sinodal; Petrópolis-RJ: Vozes, 2008.
- LESLIE, Robert C. **Jesus and Logotherapy**. Tenesse-USA: Abingdon Press, 1965.

RODRIGUES, Roberto. **Fundamentos da Logoterapia**. vol. 1. Petrópolis-RJ: Vozes, 1991.

WIKIPEDIA. Disponível em: <www.wikipedia.com>.

WIKIQUOTE. Disponível em: <pt.wikiquote.br>.