

AUTOTRASCENDÊNCIA: CAMINHO PARA SUPERAÇÃO DO INDIVIDUALISMO

SELF-TRANSCENDENCE: WAY TO OVERCOME THE INDIVIDUALISM

Juliana Zamulak

Escola Madre Anatólia – Curitiba (PR)

Resumo. O presente artigo tem como objetivo apresentar uma reflexão sobre o individualismo na sociedade atual e suas consequências para o homem moderno. Também traz uma reflexão sobre a visão antropológica de Viktor Frankl o qual contempla a unidade do ser e enfatiza a dimensão espiritual do ser humano. Por fim apresenta o conceito de autotranscendência como um caminho que pode libertar o homem da prisão do individualismo tornando-o capaz de sair de si para se envolver em projetos repletos de sentido.

Palavras-chave: Individualismo; transcendência; superação.

Abstract. This article aims to present a reflection on individualism in today's society and its consequences for the modern man. It's also a reflection on the anthropological vision of Viktor Frankl which includes the unity of being and emphasizes the spiritual dimension of the human being. Finally it introduces the concept of self-transcendence as a path that can free man from the individualism prison making him capable of leaving himself to get involved in projects full of sense.

Keywords: Individualism; transcendence; overcoming

O INDIVIDUALISMO NA SOCIEDADE ATUAL

A sociedade contemporânea passa por grandes transformações que interferem não só na vida humana, mas no planeta como um todo. Convivemos diariamente com avanços tecnológicos, desenvolvimento científico, ampliação dos meios de comunicação, dentre outros. De modo geral o progresso facilitou a vida, encurtou distâncias e conferiu ao ser humano mais poder de compra e consumo de bens e serviços. Mas paralelamente também trouxe consequências desastrosas. Convivemos diariamente com a insegurança e com o desequilíbrio ambiental que gera aquecimento global e põe em risco a vida no planeta. Como afirmam Oliveira e Borges (2008, p. 45), “a corrida pela mercantilização da vida e da cultura transforma ‘patrimônio’ em ‘produto’ e leva ao desequilíbrio global que ameaça sobremaneira a existência da humanidade sobre a Terra”.

Outra característica típica da sociedade atual é o consumismo e o materialismo. O progresso e o desenvolvimento despertou no ser humano um desejo incontável de consumo. Comprar, adquirir coisas se transformou em um círculo vicioso. Convivemos com um acúmulo de coisas e uma correria sem fim para ganhar dinheiro e comprar sempre mais. Encontramos muita gente aflita com o desejo de ter, comprar e consumir. Isso tumultua a vida e sobrecarrega o planeta. Como afirma Juliatto (1999, p. 24), “a alienação é o caminho que nos afasta do real, leva as pessoas a buscar a razão de viver em ídolos, mitos ou rotas de fuga, tais como: as

drogas, o consumismo e o culto do prazer, e outros”. O desejo incontável de consumo também torna o homem insensível para as necessidades do próximo. Segundo Rojas (1996, p. 11), “o homem moderno não tem referências, vive num grande vazio moral, não é feliz, embora tenha materialmente quase tudo”. Frankl (1978, p. 57), também afirma que “na sociedade afluenta, há muito dinheiro, não há um objetivo de vida. As pessoas têm de que viver, não para que viver”. O consumismo se torna uma maneira superficial de suprir a falta de sentido para a vida.

Nesse mundo capitalista em que os interesses econômicos têm mais importância do que o próprio ser humano, os valores fundamentais para a convivência são deixados de lado. Esta tendência pode ser observada em todos os seguimentos da sociedade, até mesmo nas escolas. “Os interesses econômicos acima do bem comum e da solidariedade, encontram assento nos bancos da escola. O individualismo reinante alojou-se nas entrelinhas das lições e tarefas escolares” (JULIATTO, 2009, p. 27).

Dessa forma, muitas pessoas passam a vida lutando para construir carreiras brilhantes, conquistar fama, sucesso e muito dinheiro, no entanto mesmo atingindo estes objetivos não se sentem realizadas. Como afirma Lukas (2002, p. 10), “o indivíduo não faz mais nada em vista de uma causa, de um valor, por considerá-lo bom, certo e dotado de sentido. Não. Tudo faz ou evita para buscar o prazer (sucesso, reconhecimento, afeição...) [...]”. Oliveira e Borges (2008, p. 35) também afirmam que o mundo deixou de ser um terreno fértil para a

revelação de gênios e heróis e transformou-se num solo estéril para o cultivo do prazer pessoal e do aplauso, onde o outro serve apenas como espelho que reflete o próprio eu. Diante desse contexto Rojas (1996, p. 124), faz a seguinte análise:

quando o coração corre disparado na direção desses ídolos de barro que logo se desmancham, o homem acaba insatisfeito, fingindo procurar uma felicidade cada vez mais inalcançável; porque não podemos encontrar a paz e a verdadeira alegria na própria imanência. A saída para deixar de ser uma pessoa moderna está na transição da imanência à transcendência, deixar o individualismo e o materialismo.

O desejo incessante de consumo deixa o ser humano insatisfeito e impede que ele sintasse feliz com as suas conquistas. É evidente que só as conquistas materiais não preenchem o vazio existencial. Pois, segundo Viktor Frankl (2005, p. 15), “em nossos dias um número cada vez maior de indivíduos dispõe de recursos para viver, mas não de um sentido pelo qual viver”. Também Rojas (1996, p. 122) afirma que “o progresso material sozinho nunca pode satisfazer as aspirações do homem, nem resultar em felicidade quando constitui o eixo vertebral de uma vida”.

O individualismo reinante na nossa sociedade aprisiona e fragiliza o homem. Segundo Lukas (2002, p. 120), “a fixação egocêntrica em nossas próprias vantagens despoja-nos de força e confiança. Pois o egocentrismo nos deixa à mercê de um

interminável ‘temor pelo nosso pequeno eu’, que poderia sofrer prejuízo [...]”. Quanto mais o ser humano se fecha nos seus próprios interesses, mais teme pelos prejuízos que pode sofrer. De acordo com Rojas (1996, p. 17), “na cultura niilista, o homem não tem vínculos, faz o que quer em todos os âmbitos e vive unicamente para si próprio e para o prazer, sem restrições”.

A preocupação exagerada com os interesses pessoais faz crescer a violência, as relações sociais se tornam mais tensas e complicadas. A lógica do “ter mais” atropela a solidariedade, a fraternidade e prejudica as relações afetivas. Lukas (2002, p. 11), afirma que cada vez mais “alastram-se tendências narcisistas que impedem uma inserção construtiva neste mundo e a sensibilidade pelas necessidades dos outros”. Também Rojas (1996, p. 67), comenta que “o homem, está se tornando frágil, individualista, incapaz de renunciar a nada”.

A sociedade atual oferece uma variedade cada vez mais ampla de oportunidades de lazer e entretenimento. No entanto, parece que este mundo virtual repleto de luzes e cores não satisfaz o ser humano. Através dos seus estudos e observações Frankl (2005, p. 18) constatou que a sociedade atual pode satisfazer virtualmente qualquer necessidade, com exceção de uma só, a necessidade de um sentido para a vida. Esta necessidade é fundamental para que o homem sintasse realizado e tenha motivos para lutar e vencer os desafios.

Em função da ênfase ao consumo e ao acúmulo de bens materiais, percebe-se um constante empobrecimento da vida humana.

Poucas são as pessoas capazes de se doar com generosidade para uma causa ou fazer algo gratuitamente pelo bem estar do outro. De acordo com Lukas (2002, p. 40) existe um questionamento que acompanha grande parte das ações humanas: “o que é que eu ganho com isso? Esta é a questão central em torno da qual gira a mentalidade de hoje. As coisas precisam trazer vantagens”. Na medida em que cresce o desejo de querer ter vantagem em tudo, também cresce o vazio existencial. Ou seja, aumenta o número de pessoas que não encontram um motivo para viver. Segundo Lukas (1993, p. 40), o ser humano não consegue se encontrar, por estar se procurando a si mesmo, ao invés de olhar para além de si e procurar realizar valores no mundo. Basta um olhar atento para perceber inúmeras oportunidades de praticar a solidariedade, o amor e a generosidade.

No livro *Sede de sentido*, Frankl (2003, p. 8), apresenta o resultado de uma pesquisa realizada por um dos seus doutorandos. Nessa pesquisa foram entrevistados sessenta estudantes que já tinham tentando cometer suicídio. Em 85% dos casos, a causa apontada, foi a falta de sentido para a vida. Verificou-se que do total de estudantes que afirmaram que a vida não tinha sentido, 48 estavam em excelentes condições físicas, tinham uma situação sócio econômica bastante favorável e não tinham conflitos familiares. Ou seja, 93% daqueles estudantes para os quais a vida não tinha nenhum sentido, não tinham de que se queixar.

Com relação ao sentimento de vazio e a falta de sentido que o homem moderno vive, Rojas (1996, p. 71) aponta algumas causas:

atualmente não existem desafios, nem metas heróicas, nem grandes ideais, porque o importante é gozar o momento, sem esforço ou lutas contra si próprio, e qualquer resultado é bom. Um dos grandes males do nosso tempo é a falta de solidariedade e o excesso de preocupação consigo mesmo, porque quando aparecem outras pessoas as coisas se complicam. Da mesma forma Oliveira e Borges (2008, p. 43), afirmam:

visão inebriante essa do presente, em que a busca pela satisfação das necessidades e das pequenas alegrias cotidianas associadas, geralmente, ao consumo como oferta de felicidade plena, fere os princípios básicos de uma convivência responsável entre os próprios seres humanos, a natureza e os demais seres vivos.

Sem dúvida que é bom ter o necessário para uma vida digna e confortável. Porém, como afirma Rojas (1996, p. 21) o progresso material sozinho, não preenche as aspirações mais profundas do ser humano. É preciso mudar o rumo para perceber que hoje, existem muitas pessoas famintas de verdadeiro e de autêntico amor. Os bens materiais dão uma falsa sensação de felicidade a qual constantemente precisa ser renovada por novos estímulos, pois o encanto e a alegria proveniente do consumismo são momentâneas e muito fugazes.

Apesar da realidade que estamos vivendo, sabemos que a vida é dinâmica e criativa. Nada é definitivo. E neste processo de vir a ser o homem precisa despertar para uma realidade global, perceber que ele não está só,

mas que faz parte da humanidade em transformação. Como afirma Juliatto (2010, p. 33) “a sociedade também está em construção. Por isso a situação do mundo atual não nos deve levar ao conformismo e à acomodação, pois ela pode ser mudada”. O mesmo autor (p. 24), também afirma: “o sentido da vida humana encontra-se no canteiro de obras de um mundo em construção, que segue o curso próprio do dinamismo da vida, com seus sucessos e tropeços”.

O homem precisa tomar consciência da realidade na qual ele está inserido para poder traçar metas mais ousadas e libertadoras. Segundo Juliatto (2009, p. 32), “o projeto inacabado do homem pode encontrar sentido numa experiência vital que ultrapassa a simples condição material e imanente da existência”. Dessa forma, o homem poderá sair de si, ampliar seus horizontes e conseqüentemente resgatar a sua verdadeira identidade.

A VISÃO ANTROPOLÓGICA DE VIKTOR FRANKL

A visão de homem proposta por Frankl contempla a unidade do ser e o seu desejo inerente de responder aos apelos da vida de maneira livre e responsável. Esta forma de se posicionar diante da vida é própria do ser humano, ou seja, é a manifestação livre e criativa do espírito que não se deixa aprisionar. O homem é um ser Bio-Psico-Social-Espiritual, mas apesar das múltiplas dimensões ele é uma unidade. O organismo Bio-Psico funciona como um instrumento de expressão e manifestação do espírito. É na dimensão espiritual que está a

essência do ser humano, sua individualidade e integração.

Centrado em torno deste núcleo existencial, pessoal e espiritual, o ser humano não é apenas individualizado, mas também integrado. Desta forma, o núcleo espiritual, e apenas este, é que garante e constitui a unidade e integridade, neste contexto significa a integração dos aspectos somático, psíquico e espiritual (Frankl, 1985, p. 25).

De acordo com a Logoterapia, a dimensão espiritual é o núcleo central do ser humano. “O fenômeno espiritual pode ser consciente ou inconsciente; a base espiritual da existência humana, no entanto, é, em última análise, inconsciente” (FRANKL, 1985, p. 27). O mesmo autor citado por Peter (1999, p. 15), também afirma que somente compreendendo a dimensão espiritual que impulsiona o ser humano na realização de valores e na busca pelo sentido, é que se pode compreender a plenitude do ser. Ainda Peter (1999, p. 39), “ao núcleo do ser do homem pertencem os fenômenos mais exclusivamente humanos, como a capacidade de amar, de decidir, de aceitar, de descobrir e realizar valores e significados”.

É a dimensão espiritual que também possibilita ao homem responder aos apelos da vida. De acordo com Frankl (1985, p. 24), “o homem somente existe autenticamente quando não está sendo dirigido, mas, quando é responsável”. O mesmo autor, (p. 103) também afirma que “a pessoa humana é responsável por cumprir o sentido de sua vida. Ser pessoa

humana significa responder a situações da vida, responder às questões por ela lançadas”. Fica evidente nestas afirmações que o ser humano é constantemente chamado, e necessariamente precisa responder aos apelos da vida. “O que realmente importa, não são as características do nosso caráter, os estímulos e os instintos em si mesmos, e sim a atitude que tomamos em relação a eles. É a capacidade de tomar determinada atitude que nos torna seres humanos” (Frankl, citado por Peter, 1999, p. 19).

Quanto mais o ser humano se fecha em si mesmo, mais se distancia da sua verdadeira identidade. Segundo Frankl (1985, p. 75), “o homem originalmente se caracteriza por sua ‘busca de um sentido’ ao invés de sua ‘busca de si mesmo’. Percebe-se que hoje ocorre o inverso, o ser humano quer sentir-se feliz, realizado, porém está cada vez mais fechado em si mesmo e preocupado com os seus próprios interesses. Frankl citado por Lukas (1993, p. 36) faz a seguinte afirmação: “o ser humano é ser humano em sua totalidade somente quando fica totalmente absorvido por uma tarefa, ou se entrega a uma pessoa. E torna-se ele mesmo, quando ele próprio – deixa de se olhar e esquece de si”.

Para a Logoterapia é fundamental que o ser humano seja capaz de olhar para além de si mesmo. Pois ele é o único ser capaz de pensar e refletir sobre suas ações. Esta capacidade possibilita a análise e avaliação das experiências realizadas e obviamente possibilita a superação e o crescimento. A riqueza da sua existência encontra-se na capacidade de superação. Na

visão de Frankl (1990, p. 11) “ser homem necessariamente implica uma ultrapassagem. Transcender a si próprio é a essência mesma do existir humano”.

Esta incrível capacidade possibilita que o homem se posicione e enfrente as situações mais adversas da vida. Como afirma Frankl (1978, p. 69), “o ‘homem incondicionado’ é, em primeiro lugar, o homem que é homem em todas as condições, e que mesmo nas situações mais desfavoráveis e indignas permanece homem [...]”. Portanto, independente das condições de vida o ser humano é capaz de dar respostas positivas e descobrir o sentido da sua existência, apesar dos contratemplos e sofrimentos por ele enfrentados. Pois de acordo com Frankl (1985, p. 68) “o que importa é a atitude e postura com que a pessoa encontra um destino inevitável e que não pode ser alterado”. O passado não determina o futuro, porque sempre existe a possibilidade de escolher e assumir a vida de maneira livre e responsável.

Outra característica peculiar do ser humano é a capacidade de abertura para o mundo e para outros seres. Segundo Frankl (2005, p. 41), “o ser humano é profundamente caracterizado como um ser aberto à realidade externa...” Esta característica faz com que ele se torne um ser de relações. O mesmo autor (p. 61), também afirma “ser homem significa essencialmente por-se em relação e estar voltado para qualquer coisa diferente de si”.

O homem só pode descobrir a sua identidade e encontrar sentido na vida quando for capaz de sair de si. Para Frankl (1978, p. 63), “o homem só se torna completamente homem

quando se dirige para uma causa ou para uma pessoa. E só chega a se realizar quando se esquece e se supera a si mesmo”. Este apelo de abertura e de interação com o outro é uma das características fundamentais do ser humano. É a essência do homem, o espírito que o inquieta e instiga para que viva a sua humanidade numa contínua relação com o outro.

Frankl (2005, p. 47), concluiu que “quando é negada a autotranscendência da existência, a própria existência é desfigurada. Ela é materializada. O ser fica reduzido à mera coisa. O ser humano é despersonalizado”. Sendo assim, é fundamental compreender o significado de autotranscendência, pois ela é o caminho que pode ajudar o ser humano resgatar a sua verdadeira identidade.

COMPREENDENDO O CONCEITO DE AUTOTRASCENDÊNCIA

De acordo com o dicionário Aurélio (2005, p. 785), “transcender é passar além de; ultrapassar, exceder, elevar-se acima de, ser superior”. Viktor Frankl introduziu o conceito de transcendência na Logoterapia em 1949. Ele refere-se a capacidade humana de sair de si mesmo, se superar, se ultrapassar.

Segundo Frankl (1990, p. 66), “somente na medida em que o homem se ultrapassa a si mesmo a serviço de uma causa, ou no amor a uma pessoa, a si mesmo se realiza”. O mesmo autor (2005, p. 41), também afirma que “a existência vacila e desmorona se não for vivida esta qualidade da autotranscendência”. Quando o ser humano não é capaz de sair, de se envolver com pessoas ou causas que tenham sentido, a

qualidade da sua vida também se reduz significativamente.

Quanto maior for a disponibilidade de abertura e interação com o outro, mais saudável o ser humano é. Para Frankl (2005, p. 82), a existência humana é sempre autotranscendente, por esta razão o homem está sempre se dirigindo ao encontro de algo ou de alguém além de si mesmo. Como o olho saudável não se vê a si mesmo, o homem também funciona melhor quando se esquece de si mesmo e se entrega ao outro. Agindo dessa maneira ele desenvolve a sua sensibilidade e amplia a sua criatividade.

Percebe-se que a autotranscendência está na essência do ser humano. Ser homem significa ir ao encontro de alguma coisa ou de alguém. É dedicar-se a uma obra, entregar-se por amor a uma pessoa ou servir a Deus (Frankl, 1973, p. 45). Esta capacidade de sair de si para amar, servir e ajudar é que possibilita a realização do ser humano.

A autotranscendência assinala o fato antropológico fundamental de que a existência do homem sempre se refere a alguma coisa que não ela mesma – a algo ou alguém, isto é, a um objetivo por ser alcançado ou a uma existência de outra pessoa que ele encontre. Na verdade, o homem só se torna homem e só é completamente ele mesmo quando fica absorvido pela dedicação a uma tarefa, quando se esquece e si mesmo no serviço a uma causa ou no amor a uma pessoa. (Frankl 2003, p. 20).

A autotranscendência é uma característica inerente ao ser humano. Ela possibilita que ele saia de si mesmo e encontre um sentido para a vida. Frankl (2005, p. 113), afirma: “em virtude da autotranscendência o homem é capaz de esquecer-se de si próprio, de dar-se, de sair em busca de um sentido para a sua existência”. Este movimento de sair de si possibilita que o homem contemple a beleza da vida e encontre sentido na entrega e na doação ao outro. Pois o fechamento empobrece a vida e reduz significativamente as possibilidades de realização. A própria palavra existir deriva do latim “ek-sistere” e significa sair de si. Como afirma Frankl o homem sempre aponta em direção a alguém ou alguma coisa.

Esta autotranscendência do existir humano consiste no fato essencial de o homem sempre “apontar” para além de si próprio, na direção de alguma coisa a que serve ou de alguma pessoa a quem ama. E é somente na medida em que o ser humano se autotranscende que lhe é possível realizar-se – tornar-se real – a si mesmo. (Frankl, 2003, p. 20)

Exercendo a capacidade da autotranscendência, o homem também se torna capaz de realizar verdadeiros encontros com o outro. Na compreensão de Frankl (2005, p. 61), “o verdadeiro encontro é um modo de coexistência aberto ao logos, permitindo aos participantes que transcendam a si mesmos em direção ao logos e também promovam uma autotranscendência mútua”. Portanto, experimentar a presença do outro na gratuidade do encontro, sem o desejo de obter vantagem ou

de dominar é fonte de sentido e realização.

Frankl (1978, p. 56), também afirma que a autotranscendência é o único caminho que possibilita a realização do ser humano. Para o mesmo autor (2005, p. 29), “o homem se realiza, não se preocupando com o realizar-se, mas esquecendo a si mesmo e dando-se, descuidando de si e concentrando seus pensamentos para além de si”. Neste caso, a realização será o efeito de viver cada momento da vida com amor, esquecendo-se de si para se dedicar aos outros.

Ainda Frankl (1991, p.62), sempre que o homem transcende a si mesmo ele se eleva acima do seu próprio psicofísico, ele deixa o nível somático e psíquico e penetra no espaço verdadeiramente humano, que é constituído pela dimensão espiritual. Na prática, existem várias formas de entender e vivenciar a autotranscendência. Para muitas pessoas transcender implica em superar limites físicos. Para tanto, precisam vencer o medo de se arriscar e enfrentar preconceitos e críticas. Encontramos inúmeros exemplos de pessoas com limitações físicas importantes, as quais desempenham papéis significativos na sociedade. São pessoas que tiveram coragem e ousadia para ir além dos seus próprios limites. De um modo geral, as Paraolimpíadas retratam bem esta realidade, onde atletas com necessidades especiais dão grandes exemplos de garra e superação.

O próprio Viktor Frankl (2006, p. 125) relata um exemplo muito significativo de autotranscendência. Trata-se do exemplo de vida de Jerry Long, um jovem de 17 anos, que

morava no Texas e ficou paralisado em consequência de um acidente que sofreu. Mesmo após o acidente Long não parou de estudar. Certa vez escreveu uma carta para Frankl onde afirmava que a sua vida era cheia de sentido e objetivos.

Diante do fato ocorrido, Long fez a seguinte afirmação: “eu quebrei o meu pescoço, não quebrei o meu ser”. Este jovem se matriculou no curso de Psicologia porque acreditava que a sua deficiência só aumentava a sua capacidade de ajudar os outros. Este é um exemplo concreto de alguém que assumiu a responsabilidade pela sua vida e, soube tomar uma posição diante dos fatos. Não assumiu o papel de vítima, nem se fechou diante do sofrimento. Long soube sair de si para realizar uma existência repleta de sentido. Como afirma Frankl (2003, p. 29), “é essencial ao ser humano a capacidade de transcender-se a si próprio em função de um sentido, e não em função do seu bem-estar interior.

Ao longo da história também encontramos pessoas que viveram situações de abandono e desamor. Elas cresceram em ambientes hostis, carentes de amor e de pão, mas nem por isso se fecharam em si mesmas. São pessoas batalhadoras, aproveitam as poucas oportunidades que encontram para crescer, aprender e fazer a diferença. É por isso que Frankl (1978, p. 56) afirma “que o homem é tanto mais humano quanto mais é ele mesmo, quanto mais ele se supera e se esquece a si próprio na dedicação a uma tarefa, a uma coisa ou a um companheiro”.

Para a Logoterapia, o contexto histórico

e social pode interferir no desenvolvimento do ser humano, mas ele não é determinante. Frankl citado por Lukas (2006, p. 113) afirma que “a predisposição vital, a situação social constituem juntas a posição natural de uma pessoa, mas isso não é o fator decisivo. O decisivo final é a pessoa espiritual – a atitude pessoal tomada frente ao contexto natural”. Dessa forma, mesmo quem cresceu em ambiente desfavorável e com poucas condições pode assumir a sua responsabilidade perante a vida e responder aos seus apelos de maneira corajosa e madura. Segundo Lukas (2006, p. 38), “o homem pode dar o que não recebeu. Que ele não é cópia, uma estação de passagem, que o homem pode gerar o que nunca lhe foi dado antes, porque nele habita o ‘espírito’, que é criativamente ativo”.

Apesar do contexto desfavorável, muitas pessoas conseguem dar o passo decisivo e transformam-se em protagonistas da própria história. Outras, que receberam tudo assumem o papel de vítimas do destino, passam os dias reclamando de tudo e de todos. Sempre encontram um motivo para não estarem bem. Pessoas assim estão sempre procurando culpados e responsabilizando os outros pelo seu mau humor e não assumem a responsabilidade pela própria vida.

Neste contexto de preocupação com os próprios interesses em que grande parte da humanidade está inserida, o desejo de felicidade acaba se tornando um sonho quase inatingível. Segundo Frankl (2005, p. 76), “a felicidade pode originar-se apenas como resultado de um viver não fechado em si mesmo, da autotranscendência, da dedicação a uma causa

pela qual lutar ou a uma pessoa a quem amar”. O mesmo autor (2005, p. 69) também afirma que “a felicidade acontece, não se pode tentar obtê-la. A felicidade deve acontecer, e nós devemos deixar que ela aconteça”.

Na ânsia de conquistar a tão sonhada felicidade algumas pessoas reduzem a sua vida a contínua busca do prazer. Desejam uma vida fácil, sem o mínimo de esforço e se iludem com a possibilidade de eliminar a dor e o sofrimento. Para Lukas (2006, p. 11), “a vida fácil torna o indivíduo preguiçoso, indeciso, insensível”. É utopia sonhar com a vida isenta de dificuldades. Os desafios fazem parte da existência e contribuem para o crescimento e amadurecimento do ser humano. Porém é preciso enfrentá-los com garra e determinação.

Analisando as obras de Frankl, constatou-se que a capacidade de sair de si é uma característica especificamente humana, ela torna o homem capaz de realizar o movimento de abertura em direção ao outro e possibilita o envolvimento em causas e projetos repletos de sentido. Conseqüentemente o homem torna-se capaz de superar a si mesmo e vencer os próprios limites. A abertura e o envolvimento em projetos cheios de sentido proporcionam oportunidades de crescimento e amadurecimento. Porém, quando é negada esta realidade da existência humana e ao invés de sair de si o homem se fecha nos seus próprios interesses, então ele se esvazia e se perde no seu próprio individualismo.

CONCLUSÃO

Ao longo dessa reflexão, foi possível perceber que o individualismo e o materialismo

são características muito presentes na sociedade atual. Muitas pessoas têm como meta principal apenas a ascensão econômica. Não dão importância a outros valores indispensáveis para o ser humano. Com isso, percebe-se que gradativamente o homem está se distanciando da sua essência e da sua originalidade. Como afirma Frankl (2005, p. 61), “ser homem significa essencialmente por-se em relação e estar voltado para qualquer coisa diferente de si”.

Diante do crescente vazio e da falta de sentido que o homem se encontra surge a necessidade de buscar alternativas que possibilitem o resgate da verdadeira identidade humana. Como foi possível constatar nas obras de Viktor Frankl, o ser humano traz dentro de si esta capacidade de superação. A autotranscendência é o caminho que pode libertar o homem da prisão do individualismo para torná-lo capaz de ir ao encontro do outro e realizar projetos significativos.

Porém, é preciso ter consciência, querer enxergar a realidade na qual estamos inseridos para que novas atitudes sejam tomadas. Pois se percebe que mesmo estando infeliz o homem se acomoda, torna-se passivo, se contenta com tão pouco quando lhe é dada a possibilidade de conquistar o infinito. É evidente que apenas os bens materiais não preenchem o desejo de sentido e de realização que o ser humano apresenta. O individualismo, tão enraizado na nossa sociedade e a busca incessante de bens materiais, não conduzem o homem ao paraíso da felicidade. Muito pelo contrário, apenas o escravizam.

Para Frankl (1978, p. 52), “a existência

humana caracteriza-se pelo fato de transcender a si mesma. Tão logo a existência humana deixa de se transcender, o permanecer em vida se torna *sem sentido e impossível*". É isso que se observa na sociedade atual: crescimento, progresso, produção material, riquezas. Tudo isso só faz sentido se auxilia o ser humano na realização da sua verdadeira vocação. Somente os bens materiais não preenchem a sede de sentido da alma humana.

Certamente precisamos reaprender a arte de conviver. De olhar para o próximo não como inimigo, mas como companheiro de jornada que precisa do nosso afeto, carinho e compreensão. Pois nesse mundo de produção e consumo em que tudo é descartável, até mesmo o ser humano foi transformado em objeto.

A autotranscendência como capacidade de superação, possibilita o desenvolvimento de potencialidades que tornam o homem capaz de se envolver em projetos significativos os quais o colocam em contato com o seu ser criativo. Este novo olhar sobre a vida pode libertar o homem da rotina e da automatização mecânica da vida, onde seus sonhos e desejos assumem uma nova dimensão, já não giram apenas em torno de si mesmo.

A proposta de autotranscendência elaborada por Viktor Frankl, embora seja encantadora para quem compreende a sua amplitude, também é um grande desafio para o homem moderno, o qual vive cada vez mais fechado no seu próprio mundinho, preocupado apenas com o seu bem estar, sucesso, lucro, reconhecimento e assim por diante. Suas ações são mobilizadas não por grandes ideais, mas por

desejos egoístas e mesquinhos que não levam em conta as necessidades do próximo.

Certamente se o homem estiver disposto a enxergar e compreender que a vida é muito mais abrangente do que o mundo virtual que o cerca; se ele tiver a coragem e a ousadia de olhar para além de si mesmo perceberá que existe muita coisa a realizar, muita beleza a contemplar, muitos sonhos a concretizar e muita gente solitária precisando de um ombro amigo.

Por mais doente, vazio e sem sentido que o homem se encontre existe dentro dele o grito do espírito, o seu núcleo saudável que deseja se manifestar, agir, transformar. Pois o espírito humano é rico e criativo, ele aspira sempre mais. No entanto, cabe a cada um assumir a responsabilidade pela própria existência e dar respostas significativas aos apelos da vida. Pois na medida em que o homem aprende a valorizar a convivência com o próximo, também torna-se capaz de respeitar as diferenças e descobre o que há de melhor em cada ser humano. A abertura para o outro também possibilita que o homem encontre o que há de melhor em si. Consequentemente ele também descobre a sua verdadeira identidade e encontra sentido para a vida.

Se até o presente momento o homem buscou seus próprios interesses, se fechou em si mesmo e só encontrou o vazio e a falta de sentido, certamente ele precisa mudar o rumo, fazer o movimento contrário. Sair do fechamento e ampliar os horizontes. É preciso perceber a vida de maneira ampla e profunda. Ela chama, convoca e inquieta. Porém, a resposta depende de cada um.

Viktor Frankl foi um grande exemplo de autotranscendência, mesmo vivendo os horrores do campo de concentração, na mais dura miséria humana, foi capaz de ir ao encontro do próximo. Soube ouvir, ajudar, consolar, animar. Mostrou que mesmo no sofrimento existe um sentido a ser descoberto e realizado.

A vida é um grande milagre que se renova a cada dia. Quando somos capazes de sair de nós mesmos, ampliamos o nosso horizonte e tornamo-nos capazes de contemplar a beleza da vida nas suas mais diversas manifestações. Deixamo-nos envolver pelos encantos da

natureza, pela ternura do olhar de uma criança, ou pelo abraço amigo que nos acolhe.

Para transcender é preciso coragem! Pois todo processo de crescimento e superação de velhos padrões exige vontade, garra e determinação. O caminho está aí, cabe a cada um decidir se deseja tornar-se o protagonista da própria história, vivendo em profundidade cada momento, num contínuo processo de abertura para o mundo ou se pretende continuar fechado no seu próprio individualismo, reduzindo a riqueza da existência na mera satisfação de necessidades.

REFERÊNCIAS

- Ferreira, A. B. de H. F. (2005). *Miniaurélio: Minidicionário da Língua Portuguesa*. 6 ed. rev. e ampl. Curitiba: Positivo.
- Frankl, V. (2003). *Sede de sentido*, 2 ed. São Paulo: Quadrante.
- Frankl, V. (1991). *Em busca de sentido: um psicólogo no campo de concentração*, 2 ed. São Leopoldo: Sinodal; Petrópolis – RJ: Vozes.
- Frankl, V. (1991). *A psicoterapia na prática*. Campinas: Papirus.
- Frankl, V. (1985). *A presença ignorada de Deus*. Porto alegre: Sulina.
- Frankl, V. (1978). *Fundamentos antropológicos da psicoterapia*. Rio de Janeiro: Zahar.
- Frankl, V. (2005). *Um sentido para a vida: psicoterapia e humanismo*, 11 ed. Aparecida: Santuário – SP.
- Frankl, V. (1990). *Psicoterapia para todos*. Petrópolis - RJ: Vozes.
- Frankl, V. (1973). *Psicoterapia e sentido da vida: fundamentos da Logoterapia e análise existencial*. São Paulo: Quadrante.
- Juliatto, C. I. (2009). *O horizonte da educação: sabedoria, espiritualidade e sentido da vida*. Curitiba: Champagnat.
- Lukas, E. (2006). *Psicologia espiritual - fontes de uma vida plena de sentido*, 2 ed. São Paulo: Paulus.
- Lukas, E. (1993). *Mentalização e saúde: a arte de viver e Logoterapia*, 2 ed. Petrópolis, RJ: Vozes.
- Olivera, J., & BORGES, W. (2008). *Ética de Gaia: ensaios de ética sócio ambiental*. São Paulo: Paulus.
- Peter, R. (2005). *Vicktor Frankl: A antropologia como terapia*, 2 ed. São Paulo : Paulus.
- ROJAS, E. (1996) *O homem moderno: a luta contra o vazio*. São Paulo: Mandarim, 1996.

Enviado em: 22/10/2015

Aceito em: 22/12/2015

SOBRE A AUTORA

Juliana Zamulak. Psicóloga, pedagoga, atua na área da educação e pastoral com especialização em Logoterapia e Análise Existencial.