

## Resenha

AQUINO, Thiago Antônio Avellar de. *Reflexões acerca do sentido da vida: a partir do pensamento de Viktor Frankl*. São Paulo: Paulus, 2023. 138p.

*Isaac Francisco do Nascimento*<sup>1</sup>

O sentido da vida segundo a logoterapia é o tema central do livro de autoria do psicólogo e logoterapeuta Thiago Aquino. O autor é um apaixonado pelo tema e possui uma vasta publicação sobre a logoterapia e a análise existencial, sendo um dos principais especialistas brasileiros na área.

No primeiro capítulo, o autor traz um resumo da história de Viktor Frankl, pai da logoterapia e demonstra de maneira sucinta e contextualizada como esta teoria foi concebida a partir de fatos da história de Frankl na Alemanha do século XX. São abordados temas como antissemitismo e nazismo, suas origens, motivações e consequências, citando outros autores e pesquisadores.

O autor fala sobre o valor da vida, segundo Viktor Frankl, e demonstra que o Holocausto existiu porque a vida humana foi compreendida como um meio para um fim. Ao contrário, para os judeus, a vida humana possui uma centelha divina e por isto possui dignidade e valor e não apenas utilidade. Neste capítulo, o autor analisa o sentido da obra autobiográfica de Viktor Frankl. Assim, são apresentados os pressupostos que conceberam a teoria em meio ao sofrimento que Viktor Frankl denomina como experimento crucial da sua vida enquanto pesquisador e cientista.

O autor apresenta os principais episódios relatados por Viktor Frankl sobre a sua experiência nos campos de concentração nazista, dentre estes, a sua

---

<sup>1</sup> Especialização em Educação pela Universidade Estadual da Paraíba, bacharelado e licenciatura em Geografia pela Universidade Federal da Paraíba e mestrado em andamento em

chegada ao campo de concentração, o alistamento voluntário da sua esposa, o assassinato do seu filho no ventre da sua esposa, a morte da esposa, a despedida da sua mãe. Assim, são apresentados neste capítulo o sofrimento de Frankl como verdadeiro teste da sua teoria.

De acordo com o autor, pode-se encontrar nos relatos de Frankl alguns elementos fundamentais necessários para não perder a sua humanidade. Foram eles: contemplar o ser amado, autodistanciamento por meio da vontade de humor e do heroísmo, contemplar a natureza, encontrar sentido no sofrimento e na morte, olhar para o futuro e estar diante do olhar de um tu.

No segundo capítulo, o autor apresenta a evolução do pensamento de Frankl até a sua maturidade, desde as suas primeiras inquietações juvenis sobre o sentido da vida até a formulação da sua teoria nos campos de concentração nazistas. São narrados fatos importantes da vida de Frankl, como, por exemplo, quando na juventude ele trocou correspondências com Sigmund Freud que se tornou o seu primeiro mestre e incentivador. Mas foi através do contato com os filósofos existencialistas, Kierkegaard e Max Scheler, que Frankl superou o psicologismo tão presente no espírito da sua época.

De acordo com a logoterapia, é a finitude que leva o ser humano a se preocupar com a questão dos sentidos e dos valores. Por isso é essencial que possamos pensar de forma conjunta enquanto seres humanos sobre um sentido comum que, orientado para o futuro, seja capaz de perpetuar a nossa espécie na Terra.

O terceiro capítulo, “A pessoa como um ente espiritual”, apresenta a dimensão espiritual do ser humano como central na logoterapia. Segundo o autor, para Frankl, o espiritual é a dimensão que engloba o ético, o erótico e o estético. Para a logoterapia, a dimensão noológica contém o psicofísico, por isso, o espiritual deve ser o timoneiro do ser.

Na dimensão noológica reside a origem de todos os fenômenos que não são compartilhados com os animais. O homem não vale apenas o preço da sua utilidade. A dignidade e o valor do ser humano estão na sua dimensão noológica e é esta característica que diferencia o homem dos animais.

De forma didática, o autor apresenta uma metáfora que se adequa muito bem ao contexto da logoterapia: a da carroça, o cavalo, a estrada e o cocheiro, onde a carroça representaria a dimensão somática do ser humano; o cavalo a dimensão psicofísica, com seus impulsos e desejos; o cocheiro, a dimensão espiritual, como ser que decide e, finalmente, a estrada seria a própria vida. Neste sentido, alerta-se ao cocheiro sobre a liberdade e responsabilidade ao escolher os caminhos a seguir na estrada da vida.

O capítulo quatro aborda a questão do sentido existencial da vida humana. Neste capítulo, o autor apresenta o logoterapeuta como um *cuidador do ser*, tendo em vista que o papel deste consiste em orientar o indivíduo para que ele realize as melhores escolhas. Na logoterapia é o próprio ser humano o responsável por fazer suas escolhas com base numa reflexão ontológica. Desta forma, o autor apresenta a relevância da união entre a logoterapia e a análise existencial neste processo terapêutico de cura das almas.

Ao contrário do que alguns podem imaginar, não cabe à logoterapia oferecer uma interpretação prévia da existência, tendo em vista que é o próprio indivíduo o responsável por suas escolhas, com base no sentido que ele encontra para a vida a partir de uma análise reflexiológica. Assim, no processo terapêutico, logoterapia e análise existencial são faces de uma mesma moeda que se complementam e se combinam para produzir o resultado final.

De acordo com a logoterapia, o sentido está sempre no mundo e não na própria pessoa. Caberia então à pessoa encontrar este valor na própria existência. Segundo o autor, é porque a vida é finita que o ser humano tenta

descobrir qual o sentido dela. Assim, o autor nos lembra que Frankl estava interessado não apenas em uma teoria psicológica, mas principalmente, em uma perspectiva ontológica.

Neste capítulo, o autor expõe a relação que existe entre o ser humano, a liberdade, o mundo e os sentidos na vida. Nesta relação, o autor lembra-nos sobre o senso de responsabilidade que está implicado na realização dos sentidos na vida. O ser humano é um ser que escolhe, mas também um ser responsável. Daí a importância da dimensão ética na descoberta dos sentidos.

De acordo com o autor, as escolhas não podem ser definidas apenas pelo prazer ou o bem-estar. O ser humano vive em comunidade e deve também escolher seus valores refletindo sobre os impactos que suas escolhas trarão para a coletividade. Escolhas egoístas podem produzir sofrimento, tristeza e dor para outras pessoas e isto não é ético e nem contribui para o bem da coletividade.

O autor apresenta ainda neste capítulo a diferença entre o sentido na vida e o sentido da vida, sendo o sentido na vida situacional, portanto, específico para cada situação vivida. Já o sentido da vida é o sentido da própria existência. Este não é conhecido totalmente enquanto se vive, pois ele só é completado com a morte.

No quinto capítulo, o autor aborda sobre como se dá a concretização do sentido da vida de acordo com a logoterapia. Ele apresenta a metáfora do celeiro que, de acordo com Frankl, seria o momento da concretização do sentido da vida. Assim, a morte seria a colheita. Ao contrário do que pensa o senso comum, é através da morte que o ser humano se concretiza. Com ela acabam-se as possibilidades. Enquanto vivo, o homem pode escolher, mas depois que morre isto não é mais possível. Tudo o que ele fez em vida é consumado e ninguém poderá extinguir ou apagar simplesmente porque é impossível voltar no tempo.

O autor afirma que, ao nascer, o ser está apenas com um projeto mas, ao morrer, conclui-se como um monumento. A morte seria uma colheita, pois retira do ser humano as possibilidades do vir-a-ser. Neste aspecto, para o autor, apenas o morto coincide com o seu passado, pois ele é o que realizou. Daí a importância da responsabilidade como árbitro das nossas escolhas.

Neste capítulo, o autor traz uma importante reflexão acerca do tempo como um grande professor para o qual existem apenas dois tipos de alunos: os atentos e os desatentos. Os atentos aprenderam uma versão melhor de si mesmos. Já os desatentos não escutam os apelos que a vida lhes faz. Daí surge a reflexão: Que tipo de aluno a grande maioria das pessoas tem sido?

Entre responsabilidade, possibilidades e escolhas, cada pessoa decide o que irá se tornar. Dentro do ser humano há potencialidades para anjos e demônios. Ninguém é totalmente santo nem totalmente mau. O homem é o que escolhe ser.

Não se deve perder a esperança na vida em situação alguma, pois o futuro é incerto e pode revelar surpresas agradáveis. Quando se sentir que está perdendo a esperança, também é importante olhar para o passado e ver as experiências agradáveis já vividas e a diferença positiva feita ao longo da vida. Certamente, no passado haverá algumas situações que foram agradáveis, felizes e que é importante eternizar. Estas situações estão concretizadas no passado. Sendo assim, elas estão eternizadas.

O ser humano sempre tem alguém que gostaria de não decepcionar, seja um ente querido, Deus ou um ser amado que já partiu deste mundo. Refletir sobre isto também é um meio para se tornar responsável perante as escolhas da vida e superar as crises de uma vida que está perdendo ou já perdeu a esperança.

Outra importante reflexão trazida pelo autor é sobre como encarar as injustiças sofridas. O injustiçado acabaria por perder a razão ao retribuir

injustiça com injustiça, maldade com maldade, pois desta forma estaria acrescentando ainda mais mal ao mundo. O injustiçado pode encontrar um sentido na injustiça sofrida e aprender com ela ou torná-la uma oportunidade de servir à humanidade, assim como fez Frankl com a experiência sofrida nos campos de concentração.

No capítulo seis, o autor fala sobre o sentido último ou suprasentido. Este sentido não é racionalmente apreendido. O autor lembra que para Frankl o sofrimento tem um sentido e propósito. A espiritualidade racionalista de pouco servirá para responder as mais profundas questões relacionadas ao sofrimento humano. Uma postura de humildade no reconhecimento da razão humana para perscrutar todas as coisas, talvez fosse uma resposta mais adequada. Por outro lado, mesmo sem compreender, é possível encontrar um sentido e propósito no sofrimento.

Neste capítulo, o autor trata sobre a questão da religiosidade e como ela ajuda o homem a encontrar sentido na vida, seja no sofrimento ou na morte, pois para o religioso a morte não é o fim da vida. O autor lembra a afirmação de Frankl de que o homem não religioso opta por manter os seus pés firmes no chão, excluindo a fé no transcendente. Já o homem religioso é aquele decide ir além da pura razão. O homem religioso assume o risco de ir em busca do que está oculto na neblina e ele o faz usando a fé incondicional.

O autor também apresenta a diferença entre uma religiosidade saudável e uma religiosidade inautêntica. A religiosidade saudável é aquela que pode proporcionar saúde mental, na medida em que ajuda o ser humano a sair de si mesmo por meio do recurso da autotranscendência e do autodistanciamento. Já a religiosidade inautêntica pode reforçar o lócus de controle externo, tornando o homem um ser autômato que não responde à sua consciência. Assim surge o fundamentalismo, sem discernir os meios, mas objetivando um fim supostamente sagrado.

Nesta obra, o autor apresenta uma síntese clara a respeito do sentido da vida, segundo a logoterapia, apresentando os principais conceitos da teoria de forma clara e objetiva. O texto é enriquecido com a escrita e a tradução de algumas palavras no alemão, o que contribui para uma melhor compreensão contextual e conceitual. Em suma, é um importante livro não apenas para os iniciantes no estudo da logoterapia, mas também como síntese e debate enriquecedores para aqueles que já estão familiarizados com o tema.

Ao final do livro, o autor traz uma metáfora sobre a vida que para mim foi a cereja do bolo. A vida comparada a uma vela. Nesta metáfora, o autor fala sobre a vela consumida (o ser) e também a parte que ainda não foi consumida (o poder-ser). Acredito que assim como eu, todos nós também podemos ler e nos emocionar com este livro, encontrando a nossa vida e a nossa história a cada página através das lições tão preciosas sobre a logoterapia. Estas lições são reverberadas e enriquecidas pelo autor que, além do texto, nos presenteia com riquíssimas ilustrações intuídas por ele mesmo e que nos conduzem a um necessário e prazeroso exercício intelectual.