

# ESPIRITUALIDADE, ARTETERAPIA E A BUSCA DE SENTIDO: CONSIDERAÇÕES À LUZ DA LOGOTERAPIA DE VIKTOR FRANKL

## SPIRITUALITY, ART THERAPY AND THE SEARCH FOR MEANING: Considerations in light of Logotherapy of Viktor Frankl

**SILVIA XAVIER DA COSTA MARTINS**

**RESUMO.** O presente artigo investigou as interfaces entre espiritualidade, Arteterapia e a Logoterapia e Análise Existencial de Viktor Frankl, com um olhar específico para as descobertas e a busca de sentido para a vida. Este estudo foi desenvolvido de acordo com os pressupostos metodológicos de uma pesquisa bibliográfica, na tentativa de correlacionar o pensamento de alguns teóricos e as reflexões pessoais da autora. Os resultados sugerem que a Arteterapia e a espiritualidade podem ser meios na busca de sentido para vida, e, quando indissociadas, podem contribuir mais efetivamente numa busca como essa.

**Palavras-chave:** Espiritualidade; Arteterapia; Logoterapia; Sentido para a vida.

**ABSTRACT.** The presente article investigated the connections among spirituality, art therapy and the Logotherapy & Existencial Analysis by Viktor Frankl, with specific approach to new findings and the search for the meaning of life. This study was developed in accordance with the methodological requirements on a bibliographic research, trying to correlate some theorists' and the author's thoughts. The results suggest that art therapy and spirituality can be ways to search the meaning of life and, when together, can contribute more effectively to this search.

**Key-words:** Spirituality; Art therapy; Logotherapy; Meaning of Life.

“A vida é seu próprio monumento”  
Viktor Frankl

A possibilidade do indivíduo conhecer-se, transformar-se e (re) encontrar o sentido para a vida através da vivência plena da espiritualidade e/ou por meio do exercício da criatividade e de vários outros caminhos que o processo arteterapêutico pode favorecer, é o pressuposto inicial idealizador deste estudo.

A pesquisa aqui apresentada foi desenvolvida de acordo com os pressupostos metodológicos de uma pesquisa bibliográfica, correlacionando o pensamento de alguns autores e as reflexões pessoais da autora, sobre as interfaces entre Espiritualidade, Arteterapia e a Logoterapia de Viktor Frankl.

De acordo com Frankl (2010) e seus pressupostos existenciais sobre a espiritualidade, ter um sentido na vida influencia na existência do indivíduo de uma forma geral. É a partir dessa visão desse autor que o presente estudo se desenvolve.

## Arteterapia

Certamente, arteterapeutas reconhecem a utilização da arte como prática terapêutica precursora da Arteterapia. Há relatos da arte com função terapêutica acerca de 35.000 anos, que podem ser comprovados nas pinturas das cavernas, atualmente conceituada de “Arte Rupestre”. Segundo Jaffé (2008, p. 232), a interligada história da religião e da arte, que remonta aos tempos pré-históricos, é o registro deixado por nossos antepassados dos símbolos que tiveram especial significação para eles e que, de alguma forma, os emocionaram.

A utilização da arte como prática terapêutica começa e ser incentivada no início do século XIX pelo médico alemão Johann Christian Reil, que incluiu o uso de desenhos, pinturas, música e outros recursos nos seus tratamentos, com a finalidade de cura psiquiátrica. Em seguida, destaca-se Carl Gustav Jung, que também passou a trabalhar com o fazer artístico em seus tratamentos psiquiátricos, como fonte de imagens do

inconsciente pessoal e símbolos do inconsciente coletivo.

No Brasil, Século XX, a Arteterapia ganha destaque com o trabalho de Nise da Silveira, renomada médica psiquiatra brasileira, aluna e grande admiradora de Jung. A Doutora Nise inspirou novos rumos no campo da saúde mental e da Arteterapia, mergulhando nos princípios da psicologia analítica de Jung.

Na década de oitenta, o Brasil viveu a reconquista da liberdade de expressão e criação e as múltiplas manifestações culturais mudaram a nossa história. Segundo a autora Angela Philippini,

*[...] já era possível reunir-se em praça pública, dançar e cantar, representar, fazer cinema, enfim fazer Arte com mais liberdade. E neste florescer coletivo, de expansão e autonomia criativa, mudanças e abertura também chegaram ao universo clínico. Houve um desenvolvimento significativo das chamadas “Terapias Expressivas” e nestas trilhas de abertura, brotaram as primeiras sementes da Arte Terapia, através dos primeiros núcleos de trabalho, basicamente no Rio de Janeiro e São Paulo, onde começou-se a estudar e aplicar a Arte em contextos terapêuticos (Philippini, 2008, p. 14).*

A partir de então, inicia-se uma expansão da prática da Arteterapia de norte a sul do Brasil.

*O conjunto de atos que genericamente pode-se nomear por “fazer terapêutico” expressa a singularidade e identidade criativa de cada um. A descoberta gradual, de eventos psíquicos cujo significado antes era obscuro, amplia possibilidades de estruturação da personalidade, ativa potencialidades e contribui para a construção de modos mais harmônicos de comunicação, interação e “Estar no mundo” (Philippini, 2008, p.16).*

Para conceituar a Arteterapia, podemos ressaltar algumas das várias definições existentes nos livros de Angela Philippini. No seu livro Cartografias da

Coragem, Philippini (2008) considera a Arteterapia um processo terapêutico que ocorre através da utilização de modalidades expressivas diversas. Ela afirma que a atividade artística, aliada à terapêutica, é enriquecedora da qualidade de vida das pessoas (MARTINS, 2012).

“Arteterapia é reestruturação, é transformação, é individuação<sup>1</sup>” (Martins, 2012, p. 24). A função primordial da Arteterapia é desbloquear o processo criativo e implantar um núcleo de criação, de livre expressão. É necessário permitir que a criatividade flua, para que possamos explorar essa corrente infinita de modalidades expressivas, através da ludicidade e do prazer de criar. Como enfatiza Valladares (2010, p.141) “Criar é tão importante quanto viver”. Relembrando Ângela Philippini em sala de aula: “O exercício do prazer da criatividade devolve as nossas estrelas internas!” (informação verbal)<sup>2</sup>. Quanto mais vida criativa, mais perto da nossa estrela.

Atualmente, Arteterapeutas baseiam-se em diferentes referenciais teóricos, tais como abordagem gestáltica, comportamental, construtivista, a psicologia analítica junguiana, entre outras. O referencial teórico (abordagem) é caracterizado de acordo com a singularidade de cada profissional. No Brasil, o referencial que mais frequentemente embasa a prática da Arteterapia é a teoria junguiana.

A arte como recurso terapêutico sempre esteve presente no universo junguiano. A psicologia analítica, assim como num processo arteterapêutico, não opina sobre valores estéticos artísticos; ela contribui para decifrar as imagens, os símbolos que nascem nas expressões artísticas (MARTINS, 2012).

Enfim, a Arteterapia objetiva favorecer o processo terapêutico, atuando como um catalisador, facilitando o escoamento psíquico, propondo uma catarse emocional e buscando a psique saudável para melhorar a qualidade

de vida dos participantes (MARTINS, 2012).

## Espiritualidade

O significado de espiritualidade difere de religião, ele foi ampliado recentemente para incluir conceitos psicológicos positivos, como significado e propósito, conexão, paz de espírito, bem-estar pessoal e felicidade. Religião é definida como um sistema de crenças e práticas observado por uma comunidade, apoiado por rituais que reconhecem, idolatram, comunicam-se com ou aproximam-se do Sagrado, do Divino, de Deus (em culturas ocidentais) ou da Verdade Absoluta (em culturas orientais). Já espiritualidade é definida na busca inerente de cada pessoa do significado e do propósito definitivos da vida, isso inclui a relação com uma figura divina ou com a transcendência, relações com os outros, bem como a espiritualidade encontrada na natureza, na arte e no pensamento racional (KOENIG, 2012).

Sobre a utilização da palavra “espiritualidade” numa forma tradicional, Levin (2001, p. 25) afirma:

*“Espiritualidade”, como a palavra tem sido tradicionalmente utilizada, refere-se a um estado de ser a que se chega por meio da devoção, da religiosidade e da observância. Atingir a espiritualidade – a união ou ligação com Deus ou com o divino – é a meta suprema da religião e também um estado que nem todos atingem. De acordo com esse uso da palavra, a espiritualidade é um subconjunto de um fenômeno mais amplo, a religião, e, por definição, ela é procurada por meio da participação religiosa.*

Segundo o autor, nos últimos vinte anos, a palavra “espiritualidade” adquiriu um novo significado:

*Obras populares de escritores da nova era e da mídia, frequentemente hostis às instituições*

<sup>1</sup> Conceito criado por Carl Gustav Jung que significa encontrar-se; tornar-se si mesmo, inteiro.

<sup>2</sup> Fala realizada pela Arteterapeuta Angela Philippini enquanto ministrava a disciplina Arteterapia e Saúde

Mental na Especialização em Arteterapia em Saúde Mental na Universidade Federal da Paraíba em 07/05/2011.

*religiosas estabelecidas, mas abertos à expressão religiosa individual, começaram a reservar o termo “religião” para comportamentos, crenças e outras manifestações que ocorrem no contexto das religiões organizadas. Todas as outras expressões religiosas, inclusive práticas tais como a meditação e experiências transcendentais seculares (por exemplo, sentimentos de unidade com a natureza), são agora abarcadas pelo termo “espiritualidade”. Nesse novo sentido, espiritualidade é o fenômeno mais amplo, sendo a palavra “religião” reservada para o subconjunto de fenômenos espirituais que se referem à atividade religiosa organizada. (LEVIN, 2001 p. 25)*

Para Jung (2008), espiritualidade não se refere a uma determinada profissão de fé religiosa, e, sim, à relação transcendental da alma com a divindade e à mudança que daí resulta, ou seja, espiritualidade está relacionada a uma atitude, a uma ação interna, a uma ampliação da consciência, a um contato do indivíduo com sentimentos e pensamentos superiores e ao fortalecimento, amadurecimento que esse contato pode resultar para a personalidade.

Sobre a psicologia junguiana e a espiritualidade, Vasconcelos (2006, p. 38) afirma que:

*O entendimento do conceito de espiritualidade na perspectiva assumida nesta reflexão tem apoio na maneira como a psicologia junguiana entende o inconsciente, bastante diferente da visão da psicanálise inspirada no pensamento de Freud e que é muito mais conhecida. Para Jung, o inconsciente, além de ter uma dimensão pessoal, com conteúdos vindos das vivências anteriores do indivíduo, tem também uma dimensão impessoal e coletiva, com conteúdos provenientes de toda experiência acumulada na espécie humana em seu processo de evolução biológica e cultural, herdados por*

*meio da genética e da incorporação da cultura.*

Para o autor, a espiritualidade tem uma dimensão transcendente. Ele refere ainda a espiritualidade à experiência de contato com esta dimensão que vai além das realidades consideradas normais na vida humana. “Seria a arte e o saber tornar o viver orientado e impregnado pela vivência da transcendência” (Vasconcelos, 2006, p. 30).

## Logoterapia

A Logoterapia é denominada uma análise existencial direcionada ao espírito humano, ou, como Viktor Frankl denominou, uma psicologia das alturas, pois concebe a busca por valores e sentidos como fenômeno autêntico e específico da espécie humana, resultante da sede do ser humano em configurar uma vida repleta de significados (Aquino, 2011).

Viktor Frankl, criador da Logoterapia, é um existencialista assistemático<sup>3</sup>. Ele buscou dizer “sim” a vida apesar de tudo; ele encontrou sentido em seu próprio sofrimento. Médico psiquiatra, psicoterapeuta e neurologista, Frankl, após sobreviver a três campos de concentração, escreveu sobre sua experiência e descreveu sua vida como uma vida plena de sentido.

Frankl nasceu numa comunidade judaica em Viena (1905-1997) e foi criado com muito amor e afeto pela sua família. Desde criança, quando tinha cerca de quatro anos, ele já fazia questionamentos filosóficos, como por exemplo sobre a transitoriedade da vida. Foi um grande pesquisador e, no seu tempo de escola, esse autor foi correspondente de Freud. Durante a guerra, Frankl recebeu um visto para se exilar nos Estados Unidos com a esposa, mas preferiu ficar com os pais até a morte deles. Perdendo, em seguida, toda sua família nos campos de concentração.

<sup>3</sup> Fala realizada pelo professor Thiago Antonio Avellar de Aquino enquanto ministrava a disciplina “Logoterapia e análise existencial da

religiosidade/espiritualidade” no PPGCR na Universidade Federal da Paraíba em 28/03/ 2014.

Prisioneiro durante longo tempo em campos de concentração, onde seres humanos eram tratados de modo pior do que se fossem animais, Frankl se viu reduzido aos limites entre o ser e o não-ser. Como foi que ele, tendo perdido tudo, com todos os seus valores destruídos, sofrendo de fome, do frio e da brutalidade, esperando a cada momento a sua exterminação final, conseguiu encarar a vida como algo que valia a pena preservar? (FRANKL,2010)

Viktor Frankl acreditava muito no potencial terapêutico da religiosidade/espiritualidade, assim como no inconsciente criativo. Para ele, a espiritualidade existencial está no inconsciente. Ele enxergava uma fé (não-religiosa) no Sentido. Após, sobreviver ao frio, a fome, a trabalhos forçados e aos maltratos físicos no Holocausto nazista, ele faz dessa experiência pessoal o construto de sua obra, demonstrando que a própria existência pode se tornar uma superação e uma busca de Sentido. Viktor Frankl faleceu aos noventa e dois anos de idade de parada cardíaca.

## Espiritualidade, Arteterapia e a busca de sentido

Esse processo de tornar-se si mesmo, de encontrar-se, proposto pela Arteterapia, Carl Gustav Jung denominou de individuação. Oliveira (2012) afirma que toda pessoa que aceita o desafio de caminhar pela trilha da individuação, irá se deparar com questões referentes à espiritualidade, pois é natural do ser humano.

A expressão de imagens está a serviço de várias questões comunicadas pela esfera do inconsciente, inclusive as relacionadas com a espiritualidade. É apropriando-se dessas expressões, desses conteúdos internos que o indivíduo tem a possibilidade de transformar e/ou transcender. Como afirma Oliveira (2011, p.45): “Revelando-se imagem após imagem e fazendo o contato com o consciente, o mistério vai mostrando-se, aprofundando o indivíduo no conhecimento de si mesmo, de suas potencialidades, de seu Deus interior”.

Segundo Jaffe (*apud* Oliveira, 2012,

p.203),

*Jung afirma que não podemos suportar uma existência sem significado e ele nos oferece o mito que descobriu e tomou como seu próprio: que o empenho em nos tornarmos tão conscientes quanto possível contribui para a evolução de Deus. O nome deste processo é individuação.*

Corroboramos com Oliveira (2011, p.48) quando ele afirma que “o processo de individuação visa reunir o indivíduo em sua totalidade, ou seja: mente, alma e corpo.”

A concepção junguiana do ser humano e sua relação com a arte, imagem, poesia e transcendência surge como uma abertura para a expressividade. A fonte da nossa energia criativa encontra-se no repertório das imagens e histórias que formamos durante a vida. (LOPES, 2012).

Para Jung (2008), na medida em que se consegue traduzir as emoções em imagens, isto é, ao encontrar as imagens que se ocultavam nas emoções, pode-se adquirir uma paz interior. Jung relata que descobriu, por experiência própria, o quanto é salutar, do ponto de vista terapêutico, tornar conscientes as imagens que residem por trás das emoções. O que é naturalmente proporcionado através do processo arteterapêutico.

O surgimento das imagens e/ou símbolos dependerá da necessidade particular de quem está em processo arteterapêutico. As imagens sobre a espiritualidade podem surgir de formas variadas, como por exemplo, posturas corporais expressas em imagens ou realizadas com o próprio corpo; e imagens simbólicas significativas para o indivíduo.

*Em Arteterapia, o trabalho terapêutico vai possibilitando a comunicação dos símbolos do inconsciente para o consciente, e assim, vai-se promovendo a ampliação da mente consciente, a relação com a alma e um funcionamento mais harmonioso de todo o corpo, objetivo maior do processo de individuação.* (Oliveira, 2011, p. 49)

E o que seria a devolução das nossas

estrelas internas, citado anteriormente? Dentro desta reflexão proposta, enxergamos as estrelas como o sentido da vida. Essa busca pode realizar-se na descoberta e exercício de seus potenciais, no contato e na apropriação da espiritualidade e no processo de autoconhecimento. Para Oliveira (2012), o processo de autoconhecimento precisa, necessariamente, passar pelo desenvolvimento de suas potencialidades naturais, ou seja, pelo exercício da criatividade e pelo reconhecimento e a exploração da espiritualidade.

*Muitas pessoas encontram espiritualidade através da religião ou de um relacionamento pessoal com o divino. Porém, outros podem encontrá-la por meio de uma conexão com a natureza, com a música e as artes, por meio de um conjunto de valores e princípios ou por uma busca da verdade científica.* (Koenig, 2012, p. 13).

Oliveira (2012) acredita que o contato com a espiritualidade é um importante auxiliar na trilha do caminho da individuação, rumo ao ser inteiro. Segundo o autor, a espiritualidade está além de religiões e dogmas, dessa forma, torna-se uma busca para o sentido da vida. Pode-se assim viver o verdadeiro religar-se e essa experiência poderá conceder ao indivíduo algum significado à sua trajetória de vida. Boff (2003) enfatiza que, é a espiritualidade que trabalha o sentido mais profundo da vida.

Para Dittrich (2005, p.47),

*A espiritualidade apresenta-se como uma maneira de ser do ser humano, [...], diante dos desafios do seu existir, num mundo carregado de símbolos e signos, que codificam de certa forma o sentido da sua existência com relação ao mistério, ao divino, ao sagrado, aos assombros das questões existenciais.*

Quando se empreende uma jornada de busca de sentido para a existência e de autoconhecimento, trabalham-se os simbolismos, caminhando-se para a individuação do ser, como referiu Oliveira (2012, p. 203), pode surpreender-se com a

descoberta de potenciais desconhecidos, evoluir no conceito intelectual de Deus e acessar a própria essência espiritual.

Viktor Frankl (2003), afirma que a espiritualidade também é um motivo que influencia o comportamento do indivíduo, e atua como uma busca pelo sentido na vida. Na sua proposta de análise existencial, ele emite o seguinte conceito: “[...] a análise existencial interpreta a existência humana, em sua essência mais profunda, como ser-responsável, e compreende a si própria como uma ‘análise dirigida ao ser responsável’” (FRANKL, 2003, p. 15).

Chaves (2005, p. 28) complementa que, no processo de Arteterapia e na busca do transcendente, o indivíduo se encontra, sente-se livre e comprometido em construir a sua felicidade, meta de todo ser humano. Afinal, são as emoções positivas que fazem a vida valer a pena (KOENIG, 2012).

## CONSIDERAÇÕES FINAIS

Diante do estudo realizado, concluímos que a espiritualidade e a Arteterapia estão constituídas de fenômenos que direcionam o indivíduo para a busca de Sentido da existência; respondendo e respaldando questões mais profundas que estão no Inconsciente espiritual.

A terapia no processo arteterapêutico, e a transcendência são elementos desse universo que podem direcionar a existência para a busca de uma realização pessoal, da felicidade, da paz e até da compreensão mais profunda da vida. A Arteterapia e a espiritualidade são meios de busca de sentido para vida, onde juntas podem direcionar mais efetivamente e satisfatoriamente essa procura.

Considera-se que o processo arteterapêutico pode contribuir para o conhecimento, reconhecimento e a apropriação da própria espiritualidade, que é uma descoberta necessária para quem trilha o caminho da individuação, levando o indivíduo a (re) descobrir um sentido mais amplo para a existência. O sentido da vida é a busca essencial e pessoal de todo indivíduo; é uma

busca "necessária" que conduz ao caminho do autoconhecimento.

## REFERÊNCIAS

- Aquino, T. A. A. (2001). *Logoterapia e análise existencial: uma introdução ao pensamento de Viktor Frankl*. João Pessoa: Ed. Universitária UFPB.
- Boff, L. (2003). *Ética e ecoespiritualidade*. Campinas, SP: Verus editora.
- Chaves, C. C. P. (2005). *Espiritualidade e Arteterapia: Um caminho para a felicidade*. Rio de Janeiro. 44f. Monografia (Especialização) – UCAM.
- Dittrich, M. G. (2005). A arteterapia: da criatividade e espiritualidade ao sentido de viver. In.: NOÉ, Sidnei Vilmar (org.). *Espiritualidade e saúde: da cura d'almas ao cuidado integral*. 2. ed. São Leopoldo: Sinodal.
- Frankl, V. E. (2003). *A presença ignorada de Deus*. Trad. Walter O. Schlupp e Helga H. Reinhold. Col. Logoterapia. 7ª ed. São Leopoldo: Sinodal; Petrópolis: Vozes.
- Frankl, V. E. (2010). *Em busca de sentido: Um psicólogo no campo de concentração*. Trad. Walter O. Schlupp e Carlos C. Aveline. Petrópolis: Vozes.
- Jaffé, A. (2008). O simbolismo nas artes plásticas. In: JUNG, Carl Gustav *at all O Homem e seus símbolos*. Trad. Maria Lucia Pinho. 2. ed.especial. Rio de Janeiro: Nova Fronteira.
- Jaffe, L. W. (1990). *Libertando o coração: espiritualidade e psicologia junguiana*. São Paulo: Cultrix.
- Jung, C. G. *at all*. (2008). *O Homem e seus símbolos*. Trad. Maria Lucia Pinho. 2.ed.especial Rio de Janeiro: Nova Fronteira.
- Koenig, H. G. (2012). *Medicina, religião e saúde: O encontro da ciência e da espiritualidade*. Porto Alegre: L&PM.
- Levin, J. (2001). *Deus, fé e saúde: explorando a conexão espiritualidade-cura*. Trad. Newton Roberval Eichenberg. São Paulo: Cultrix.
- Lopes, C. P. (2012). *Memórias da pele: arteterapia como intervenção na depressão*. Recife: Cristina Lopes.
- Martins, S. X. da C. (2012). *(Re)acendendo as estrelas internas: Dança do Ventre como recurso arteterapêutico para a saúde mental de usuárias do Centro de Atenção Psicossocial Caminhar*. João Pessoa, 89f. Monografia (Especialização) – UFPB/CCTA.
- Oliveira, R. C. (2011). *Encontro com o mistério: Arteterapia revelando imagens da espiritualidade humana*. Rio de Janeiro, 52f. Monografia (Especialização) -- ISEPE.
- Oliveira, R. C. (2012). Arteterapia e espiritualidade: Um caminho de descobertas atrás das imagens do mistério. In: Philippini, Angela (org). *Arteterapia: campos de atuação*. Rio de Janeiro: Wak Editora.
- Philippini, A. (2001). De Cronos até Kairós: a construção de um tempo de criação. *Revista de Arteterapia: imagens da transformação*, volume 8. Rio de Janeiro: Pomar.
- Philippini, A. (2008). *Para entender arteterapia: cartografias da coragem*. 4 ed. Rio de Janeiro: Wak editora.
- Valladares, A. C. A. (2010). A transformação da sucata hospitalar em sessões de Arteterapia na internação pediátrica. In: COSTA, Robson Xavier da (org). *Arteterapia e educação inclusiva: diálogo multidisciplinar*. Rio de Janeiro: Wak Editora.
- Vasconcelos, E. M. (2006). A Espiritualidade no cuidado e na educação em saúde. In: E. M. Vasconcelos (org). *A espiritualidade no trabalho em saúde*. São Paulo: Hucitec.

## SOBRE O AUTOR

**SILVIA XAVIER DA COSTA MARTINS.** Arteterapeuta, arte-educadora, atriz e dançarina, Mestre em Ciências das Religiões, licenciada em Educação Artística (ARTES CÊNICAS) pela Universidade Federal da Paraíba; Especialista em Arteterapia em Saúde Mental (UFPB).