

Revista Brasileira de Ciências Humanas

Data de aceite: 02/06/2025

FALTA DE SENTIDO: UMA QUESTÃO DE MATURIDADE ESPIRITUAL

Sérgio Henrique Fabiano Zanon

Aluno de Pós-Graduação em Análise
Existencial e Logoterapia Frankliana do
Centro Universitário Italo Brasileiro.

Kátia Alves Gonçalves

Aluna de Pós-Graduação em Análise
Existencial e Logoterapia Frankliana do
Centro Universitário Italo Brasileiro.

Mayara Auxiliadora Castilho Benites

Aluna de Pós-Graduação em Análise
Existencial e Logoterapia Frankliana do
Centro Universitário Italo Brasileiro.

Paloma Busanello Corrêa

Aluna de Pós-Graduação em Análise
Existencial e Logoterapia Frankliana do
Centro Universitário Italo Brasileiro.

Todo o conteúdo desta revista está
licenciado sob a Licença Creative
Commons Atribuição 4.0 Interna-
cional (CC BY 4.0).



Resumo: A Logoterapia é uma psicoterapia centrada no sentido cuja motivação está em considerar o homem como um ser que está em constante busca de sentido. (FRANKL, 2019, p. 83). Este modus operandi do homem, quando frustrado, ou seja, quando o homem para de buscar o sentido e começa a buscar outras coisas, como o prazer e o poder, gera uma sensação de falta de sentido ou, melhor dizendo, gera aquilo que Viktor Frankl nomeou de “Vazio existencial”. Segundo Frankl (2019, p. 85), “O mundo não é mais o lugar onde o homem, superando a si mesmo, sai em busca de uma causa a qual valeria a pena servir ou de um par que pudesse amar porque é digno de amor”. O homem esqueceu que o trabalho da vida é construir-se a si mesmo, é chegar a ser “o que só tu podes e deves ser”, é descobrir o para que ele existe e realizar este para quê. (FRANKL, 2019, p. 292). O homem esqueceu como a vida funciona e por isso mesmo se deixa assaltar por aquela tríade trágica na qual nenhum humano pode escapar: dor, culpa e morte. Se é verdade que o homem moderno experimenta hoje com veemência e como jamais visto antes o vazio existencial, também é verdade que esta frustração nasce de o homem moderno não saber lidar mais com aquilo que conhecemos e que se chama VIDA. Sendo assim, é a partir desta problemática que este presente artigo pretende evidenciar o mecanismo que gera a sensação de falta de sentido no homem, bem como a relação entre o vazio existencial e a maturidade espiritual como resposta a este fenômeno.

Palavras-Chaves: Logoterapia; falta de sentido; vazio existencial; tríade trágica; maturidade espiritual;

INTRODUÇÃO

A Logoterapia é uma psicoterapia centrada no sentido cuja motivação está em considerar o homem como um ser que está em constante busca de sentido. (FRANKL, 2019, p. 83). Este modus operandi do homem, quando frustrado, ou seja, quando o homem para de buscar o sentido e começa a buscar outras coisas, como o prazer e o poder, gera uma sensação de falta de sentido ou, melhor dizendo, gera aquilo que Viktor Frankl nomeou de “Vazio existencial”. Assim, tanto os psicanalistas quanto os marxistas identificaram em seus pacientes e seguidores respectivamente este estado anímico do homem que se encontra sem sentido na vida, mostrando a cada ser humano que basta ser homem e estar vivo para se encontrar sujeito a experimentar em sua própria vida o fenômeno do vazio existencial. (FRANKL, 2021, p. 39).

“Como se pode explicar o vazio existencial? Ao contrário do animal, o homem não é mais informado por seus instintos sobre aquilo que deve fazer. E, em contraste com os tempos anteriores, também as tradições e valores não lhe dizem mais o que ele deveria fazer. Agora, não sabendo nem o que deve nem o que deveria fazer, por vezes ele nem mesmo sabe o que gostaria de fazer, passando a desejar o que os outros desejam (conformidade) ou a fazer o que os outros desejam que ele faça (totalitarismo).” (FRANKL, 2021, p. 40).

Se é assim, o que falta ao homem que experimenta a falta de sentido? Qual é a lacuna que ele não consegue preencher a fim de passar pela vida ao invés de deixar que somente a vida passe por ele? Em suma, como o homem pode superar a falta de sentido que ele experimenta?

“Quem não aprova com determinação irreversível, até mesmo com alegria, a dimensão terrível da vida, jamais tomará posse dos poderes inefáveis de nossa existência, ficará à margem e, à hora decisiva, não será um vivo nem um morto.” (FRANKL, 2019, p. 84).

O homem esqueceu que o trabalho da vida é construir-se a si mesmo, é chegar a ser “o que só tu podes e deves ser”, é descobrir o para que ele existe e realizar este para quê. (FRANKL, 2019, p. 292). O homem esqueceu como a vida funciona e por isso mesmo se deixa assaltar por aquela tríade trágica na qual nenhum humano pode escapar: dor, culpa e morte. Se é verdade que o homem moderno experimenta hoje com veemência e como jamais visto antes o vazio existencial, também é verdade que esta frustração nasce do homem moderno não saber lidar mais com aquilo que conhecemos e que se chama VIDA.

Segundo Frankl (2019, p. 85), “O mundo não é mais o lugar onde o homem, superando a si mesmo, sai em busca de uma causa a qual valeria a pena servir ou de um par que pudesse amar porque é digno de amor”. Então, o que fazer quando a preocupação do homem não é mais sua vontade de sentido? Pode-se dizer que em breve este homem se transformará em um neurótico, depressivo e suicida. O homem, que não sabe mais o que é a vida e qual é o seu *modus operandi*, é o homem que não saberá viver a tríade trágica positivamente, mas sim negativamente. E é essa tensão que cada ser humano deve aprender a lidar dentro de si. A sabedoria da vida estará em escolher sempre o *optimum* de tudo, alcançando e agindo, portanto, a partir da maturidade espiritual que conseguir alcançar em vida.

Sendo assim, é a partir desta problemática que este presente artigo pretende evidenciar o mecanismo que gera a sensação de falta de sentido no homem, bem como a relação entre o vazio existencial e a maturidade espiritual como resposta a este fenômeno.

Desta maneira, a importância deste artigo se dá no fato de apresentar ao leitor, de maneira sistemática e clara, qual é o mecanismo que gera a sensação de vazio existencial no homem, bem como as consequências das escolhas que o homem faz e como este pode

superar o sentimento de falta de sentido a partir do que o próprio mecanismo revela. Assim, como contribuição destes estudos, o artigo pretende relacionar como a maturidade, cuja qualidade é ser espiritual, pode se mostrar a grande arma do homem moderno contra o sentimento de vazio existencial que constantemente se vê tensionado a ceder.

Para tanto, o artigo foi estruturado em Introdução, Metodologia e Fundamentação Teórica, que consiste na exploração dos seguintes assuntos: falta de sentido, maturidade, a qualidade de ser espiritual da maturidade e a relação destes assuntos tratados dentro do otimismo trágico. Posteriormente, uma discussão dos assuntos será apresentada, buscando compreender como os assuntos se relacionam entre si. Por fim, a conclusão do artigo buscará responder à pergunta colocada na introdução e um referencial bibliográfico finaliza a estrutura deste presente trabalho.

MÉTODO

Para elaboração deste artigo, foi realizada uma pesquisa do tipo qualitativa de natureza exploratória e explicativa, pois buscou-se maior compreensão do tema a fim de torná-lo mais explícito e claro. Desta forma, como procedimento para sua elaboração, realizou-se uma pesquisa bibliográfica cujo roteiro se deu a partir da investigação de textos das obras de Viktor E. Frankl. Além disso, foram feitas algumas visitas nas plataformas de artigos/bases de dados, sendo as mais utilizadas o Google acadêmico e Scielo. O roteiro de pesquisa e os assuntos que foram norteadores para a realização deste artigo podem ser vistos na figura a seguir.

Contexto: Otimismo Trágico

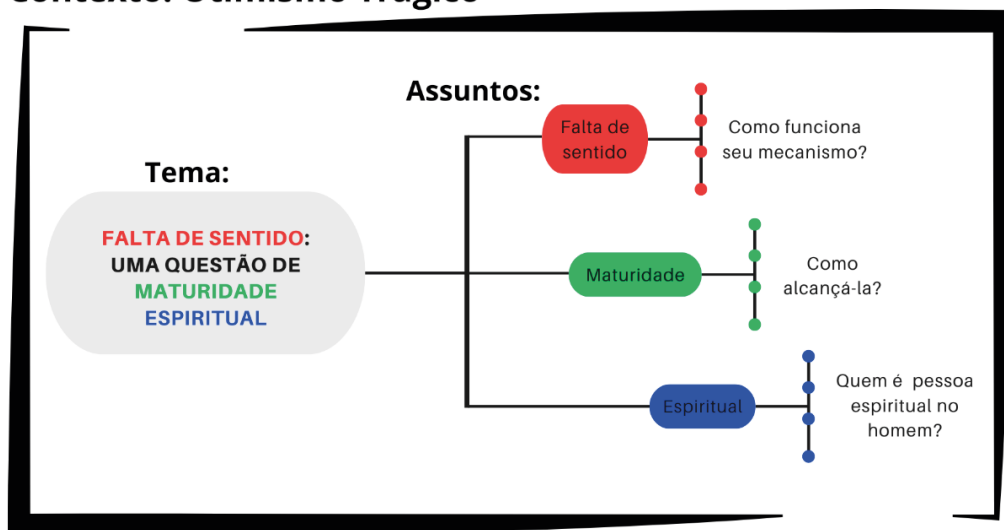


Figura 1 - Roteiro de pesquisa bibliográfica.

Fonte: dos Autores.

FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA

Na Logoterapia, a felicidade não é alvo de busca. Ela acontece desde que se tenha uma razão. (Frankl, 2019, p. 21). O homem deseja ser feliz a todo custo, mas quanto mais ele a tem como foco, mais ele se distancia. Segundo Frankl (2019, p. 85),

“A felicidade precisa ter um fundamento cujo efeito compareça espontaneamente; em poucas palavras, a felicidade resulta, não se deixa obter, não é fabricável; ao contrário, quanto mais se torna um fim, quanto mais se coloca em jogo o prazer, mais rápido ela se desvanece”.

A pessoa é feliz à medida em que se realiza na busca do sentido de sua vida. Frankl (2019), relata que uma das circunstâncias mais desafiadoras para o ser humano é a capacidade de encontrar o sentido de sua existência e o propósito para viver. Quando o ser humano deixa de buscar o sentido de sua existência ou sequer se interessa em responder ao chamado da vida, surgem indagações e problemas.

A partir disso, considera-se que as manifestações da falta de sentido são variadas: estas podem se manifestar como um sentimento de alienação em relação ao mundo e aos outros ou como uma sensação de desconexão que impede de engajar plenamente com a vida. Também podem surgir na forma de um sentimento de tédio, na qual a pessoa se sente incapaz de encontrar motivação ou prazer em suas atividades cotidianas. Além disso, a falta de sentido pode se manifestar como uma busca frenética por prazeres efêmeros e gratificações instantâneas, na qual se pretende desesperadamente preencher o vazio interior, ou pela busca da homeostase, na qual se pretende viver sem tensões. (FRANKL, 2011, p. 61-66).

Em se tratando das causas do vazio existencial, pode-se dizer que o abandono ao dever-ser natural do homem gerado pela homeostase é um esquecimento de que “a vida consiste na tensão indispensável entre *o que é* e *o que deveria ser*. Porque o homem não se destina a ser, mas a vir a ser...” (FRANKL, 2019, p. 273). Nem sempre a busca pelo sentido se dará em realização e felicidade, às vezes será frustração existencial, porém mesmo

diante do sofrimento e da não realização do sentido particular, há ainda a esperança da realização do sentido último. Ou seja, segundo Frankl (2019, p. 93) “além do sentido concreto, existe, naturalmente, um sentido abrangente. Quanto mais abrangente é o sentido, tanto menos compreensível ele é. Não é por acaso que também falamos de um sentido ‘último’”.

Em diversos casos, a falta de sentido ou ainda a falta de vontade é compensada por outros dois campos, sendo eles: a vontade de prazer, na qual a pessoa tem uma distorção neurótica da vontade de sentido, buscando diretamente o efeito; e a vontade de poder, na qual a pessoa tem uma redução da vontade de sentido, direcionando-se apenas ao meio e desistindo de chegar ao fim “último”. Nesta perspectiva, fica claro que:

“Uma vida baseada no êxito ou no prazer confunde os fins com os meios: põe o acento nos meios de subsistência e esquece as metas transcendentais. Conduz assim, de frustração em frustração ao desequilíbrio psíquico, pois não é sofrer que é insuportável, mas sim o viver sem um ideal”. (FRANKL, 2016, p. 90)

Não ter um ideal de vida pode sujeitar a pessoa humana a “viver em vão” e em constante sofrimento por uma falta de sentido uma vez que “sofrer numa vida sem sentido não é em si uma doença psíquica, senão uma expressão de maturidade espiritual” (FRANKL, 2019, p. 90).

No que diz respeito à maturidade, para a logoterapia, conceber “o ser humano como um ser que, em última instância, está sempre buscando” (FRANKL, 1990) significa dizer que este homem precisa de liberdade para buscar, responsabilidade para arcar com as consequências desta busca e autotranscendência para compreender que necessariamente o conteúdo desta busca está fora de si mesmo (LIBARDI, 2008). Diante disto, a maturidade torna-se alvo da busca do homem cujos eixos são a liberdade e a responsabilidade: não é liberdade de alguma coisa, mas sim liberdade para alguma coisa (FRANKL, 2019, p. 210).

Assim, este “para” da liberdade e responsabilidade do homem está orientado para a descoberta de que “o sentido da vida é a própria vida” (FRANKL, 2019, p. 291). Desta forma, o sentido da vida biológica e psicológica, enquanto “aquilo que sou” (1ª vida da frase), é viver a partir da vida espiritual, enquanto “aquilo que se deve ser” (2ª vida da frase). Assim, “ser homem, necessariamente, implica uma ultrapassagem. Transcender a si própria é a essência mesma do existir humano” (FRANKL, 1990).

Tal perspectiva advém da antropologia frankliana que argumenta que, apesar da diversidade ontológica do corpo, do psíquico e do espiritual, existe uma unidade fundamental e uma abertura inerente em cada ser humano. Segundo Frankl (2011, p. 33) esta “unidade apesar da multiplicidade” é a base para a autotranscendência, e ele ainda destaca que a dimensão noética, ou espiritual, é frequentemente negligenciada, embora seja crucial para a compreensão da totalidade do ser (FRANKL, 2011, p. 35-39). Assim, a dimensão espiritual ultrapassa as dimensões biológica e psíquica, manifestando-se através do corpo e da mente, mas também os transcendendo (FRANKL, 2003, p. 170-174).

Além disso, diferente de uma interpretação estritamente religiosa, a espiritualidade, na visão de Frankl, refere-se à capacidade humana de se voltar para valores e propósitos que transcendem o individualismo e o materialismo, englobando a capacidade de transcender o próprio ser em direção a algo maior, fundamentando a liberdade de escolha, a responsabilidade e a incessante busca por significado (LIBARDI, 2008). Assim, todas as vezes que a pessoa espiritual realiza valores, está cumprindo com o sentido de sua existência, uma vez que realizar valor significa agir, crescer e amadurecer: “o indivíduo que se eleva acima de si mesmo avança para a maturidade” (FRANKL, 2019, p. 296-302).

Para tanto, diante da estrutura tridimensional do ser (as dimensões física, psicológica e espiritual), Frankl afirma que a dimensão espiritual/no ética é a chave para a transcendência do sofrimento humano, permitindo aos indivíduos encontrar significado nas mais adversas circunstâncias. Assim, inspirado na visão de Scheler (2003), Frankl considera,

“A espiritualidade não como uma dimensão sobrenatural ou necessariamente religiosa, mas como dimensão antropológica e ontológica, o que vai para além da regulação das instituições religiosas e da normatividade disciplinar no âmbito acadêmico das ciências da religião.” (NASCIMENTO, 2020).

Não obstante, a dimensão espiritual nos distingue como seres humanos, permitindo-nos buscar um propósito maior além de nossa existência física e psicológica, mesmo quando se faz sentir no coração do homem um estado/sensação de falta de sentido causada pela frustração da busca pelo sentido (FRANKL, 2021, p. 39). Nesta perspectiva, conforme Frankl, “é preciso lançar esta frustração na conta daquela tríade trágica que se compõe de (1) sofrimento, (2) culpa e (3) morte” (FRANKL, 2019, p. 83). Diante destes eventos trágicos que compõem a vida humana e os quais nenhum ser humano pode escapar de experimentar, o homem se pergunta: é possível manter o sentido apesar das condições e circunstâncias? Diante dos aspectos trágicos da vida, a vida continua tendo sentido e é possível continuar dizendo sim à esta vida? Quando confrontado e questionado pela vida ao experimentar tais fenômenos da tríade trágica, o homem pode responder às perguntas da vida de maneira ou positiva ou negativa.

Referente à primeira, encontra-se bem localizada uma expressão de G.K. Chesterton: “Contos de fadas não dizem às crianças que dragões existem. Crianças já sabem que dragões existem. Contos de fadas dizem às crianças que dragões podem ser mortos”. Da mesma maneira, Viktor Frankl torna-se feliz

ao dizer que, “diante das perguntas que a vida nos faz, cabe apenas uma resposta: a correta”. Nesta perspectiva, Chesterton, assim como Frankl, recordam ao ser humano que, diante das tragédias da vida, sempre existirá a possibilidade de fazer uma escolha positiva, portanto, a correta. E o que acontece quando o homem, diante dos aspectos trágicos da vida, é capaz de fazer o seu melhor com o que lhe foi dado? O homem torna-se dono de si mesmo, sendo capaz de auferir um sentido pleno de cada acontecimento de modo que o sofrimento vira realização, a culpa se transforma em mudança e a morte provoca uma ação responsável no mundo. É desta forma que o homem alcança o *optimum* de cada tragédia, podendo viver encarnado em si mesmo o otimismo trágico (FRANKL, 2019, p. 84)

Por outro lado, o que acontece quando o homem escolhe viver de maneira negativa aquilo que a vida lhe apresenta tragicamente? O que acontece com o homem que hiper reflete sobre si mesmo e perde de vista a causa/alguém, não tendo a visão de um futuro que o mantenha firme? A primeira fuga do homem moderno frente às tragédias da própria vida é tornar-se um adicto:

“Perante o absurdo aparente, diante do sentimento de falta de sentido abismal que se dissemina hoje por todos os cantos, só resta, aparentemente, a retirada para a subjetividade pura das meras *sensações* de prazer, como as que os entorpecentes transmitem.” (FRANKL, 2019, p. 88)

Além do adicção, a pessoa que experimenta o vazio existencial pode tender a duas outras atitudes igualmente severas: depressão e agressão. Está agressividade mútua entre as pessoas nasce da competição entre si e só pode ser superada quando as pessoas encontram uma tarefa em conjunto. Já aquela pode levar a pessoa a cometer o suicídio porque, “além de perguntar pelo sentido da vida, ousa questioná-lo, e sobretudo pouco disposta a entregar-se à tradição” (FRANKL, 2019, p. 90).

Para além das atitudes que o homem pode adotar frente aos acontecimentos trágicos, Frankl sugere que apenas a descoberta do sentido pode oferecer à pessoa uma catarse frente ao vazio existencial. Esse processo de descoberta torna capaz o homem de transformar sua realidade “na medida do necessário e do possível” (FRANKL, 2019, p. 93). Assim, é necessário que a consciência moral entre em jogo como um órgão de sentido responsável por “encontrar o sentido escondido por trás de cada situação singular” Frankl (2011, p. 108) diz que mover a pessoa humana em direção a este sentido com a qual uma pessoa concreta é assaltada, sentindo-se exigida a escutar o chamado que parte dele (FRANKL, 2019, p. 92)

Desta maneira, para que este sentido descoberto seja verdadeiro, faz-se necessário, segundo Frankl, levar em conta uma escala de valores que nasce da autocompreensão axiológica pré-reflexiva cuja concepção tenha um substrato biológico e seja pré-formada (FRANKL, 2019, p. 94). Tais valores são classificados quanto ao seu objeto: valores de criação, que se referem àquilo que o homem dá ao mundo por meio de obras; valores de experiência, que são tudo aquilo que a pessoa humana recebe do mundo enquanto encontros e experiências vivenciais; e valores de atitude, que são a maneira como o homem encara a si mesmo, adotando uma postura diante da vida (FRANKL, 2011, p. 90-91).

DISCUSSÃO

A autorrealização, para Frankl, só é alcançável na medida em que o sentido é realizado. (FRANKL, 2019, p. 23). No entanto, quando esta busca pelo sentido é frustrada, a ausência deste muitas vezes leva à busca por prazer ou poder como substitutos. Isto pode ser observado por meio da figura 1 e revela que a pessoa humana pode considerar a busca pelo sentido como um “rodeio” e decidir pegar o atalho do poder e do prazer, ocasionando um obscureci-

mento da verdadeira fonte de felicidade e significado na vida e provocando, não felicidade, mas frustração existencial, tédio. Assim, fica claro que, quando as pessoas perdem de vista o verdadeiro sentido da vida, concentram-se apenas em obter prazer ou poder, o que leva a uma decadência emocional e imaturidade espiritual. (FRANKL, 2016, p. 90).

Compreender o mecanismo de busca de sentido e as consequências das escolhas que cada pessoa humana pode fazer (figura 2) revela que a falta de referências tanto internas quanto externas leva os seres humanos contemporâneos ao tédio, ao vazio existencial e à perda de significado, uma vez que se perdeu ao longo da história a relação do homem com o seu instinto animal básico, o que assegurava a sua existência, e o abandono deste homem à tradição, que servia de apoio para o seu comportamento. Assim, com estas perdas referenciais, surgem os conflitos internos e a pessoa não sabe o que fazer diante das tragédias da vida, tornando-se suscetível às sequelas do vazio existencial, conhecidas como: conformismo, quando a pessoa deseja fazer o que os outros fazem, e o totalitarismo, quando a pessoa realiza o que as outras pessoas querem que ela faça (FRANKL, 2019, p. 31).

Nesta perspectiva, a recente pandemia (COVID-19) e o isolamento social expuseram esse mecanismo de frustração existencial, pois as distrações usuais não estavam mais disponíveis, deixando muitos confrontados com a sensação de que a vida carece de significado (BRAGA, 2020). Isto porque o tédio revela uma neurose noogênica, uma falta de sentido na vida, resultante da frustração existencial causada pela discrepância entre a vida vivida e o ideal de existência, uma vez que o homem moderno se esqueceu que a pessoa humana possui um *modus operandi* que garante o encontro com a felicidade através da busca pelo sentido.

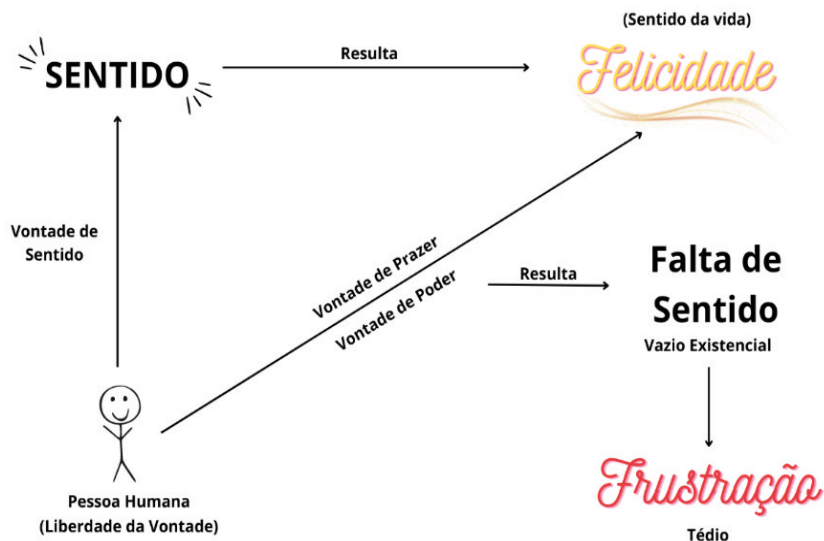


Figura 2 - Mecanismo de busca de sentido e suas consequências.

Fonte: dos Autores.



Figura 3 - Pilares da Logoterapia.

Fonte: dos Autores.

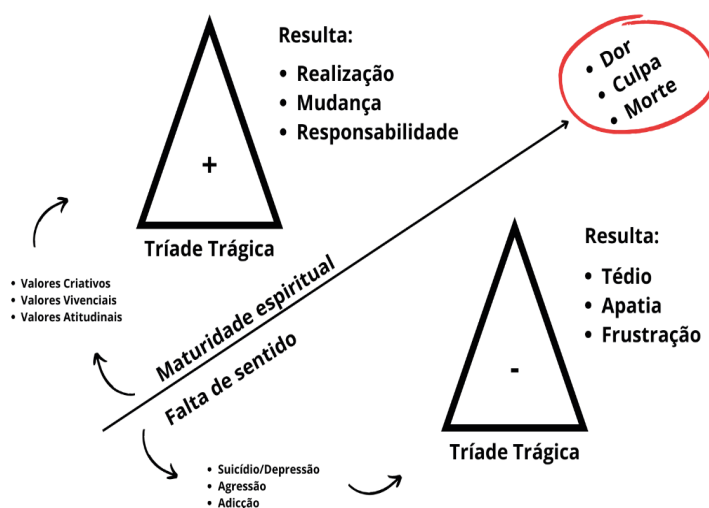


Figura 4 - Tríade trágica positiva x Tríade trágica negativa.

Fonte: dos Autores.

Por outro lado, para além do conformismo e do totalitarismo, a pessoa também está sujeita ao que Frankl chama de neurose noo-gênica, “que tem etiologicamente sua razão de ser no sentimento de falta de sentido, na dúvida em relação ao sentido da vida ou à perda de esperança na existência de um tal sentido”. (FRANKL, 2016, p. 17). Além disso, também é possível mascarar a frustração existencial através das manifestações que perpassam pela Tríade Trágica Negativa, sendo elas: adição (vícios), agressão e depressão. Segundo a OMS, a depressão começa a ser considerada como o mal do século XXI. (IPEA, 2020). Nesta perspectiva, Frankl relata que, em ambos os casos, a falta de sentido aparece como fator crucial para que a pessoa humana dê vasão para determinados comportamentos. Assim, ele defende a “superação do sentimento de falta de sentido através da mobilização de processos de busca de sentido” (FRANKL, 2016, p. 21-22) conforme ilustrado anteriormente na figura 2.

Se é incontestável que “não se vive mais, como na época de Freud, num ambiente de frustração sexual, mas de frustração existencial” (FRANKL, 2019, p. 24) “como a existência humana deve ser constituída para que algo como a frustração existencial possa ser possível?” (FRANKL, 2016, p. 22). A resposta para esta pergunta pode ser encontrada na figura 3: Frankl considera que a Vontade de Sentido, segundo pilar da Logoterapia, é a motivação existencial do homem, aquilo que a pessoa humana deseja e da qual não é capaz de viver sem, correndo o risco de frustrá-la sempre que for acometido pela presença do sentimento de falta de sentido.

Sendo a vontade de sentido aquilo que move a pessoa humana, este sentido deve ser encontrado pelo próprio sujeito. Segundo Frankl (2016, p. 24), uma vez que o homem possui liberdade para empreender a busca pelo sentido e que o sentido da vida pode ser descoberto através das perguntas que a própria vida faz e coloca diante de cada um.

(FRANKL, 2003). Assim, para que a pessoa humana comece a dar a resposta correta para as perguntas da vida, colocando-se em um caminho contrário das manifestações do vazio existencial, e alcance a maturidade espiritual diante dos acontecimentos trágicos da vida (dor, culpa e morte), Frankl considera a realização de valores como o caminho para encontrar o sentido, conforme ilustrado na figura 4.

A diferença entre as respostas que a pessoa confere às perguntas que a vida lhe faz gera comportamentos diversos: chama-se de tríade trágica positiva quando a pessoa busca o sentido através da realização de valores e encontra, como consequência, a realização/mudança/responsabilidade; por outro lado, chama-se de tríade trágica negativa quando a pessoa, abrindo mão do sentido e buscando o prazer ou o poder, encontra o tédio/apatia/frustração mascarados na adicção, no suicídio/depressão ou na agressão. Assim, a figura 4 deixa claro a linha tênue que separa as duas possibilidades de resposta do homem diante das tragédias inevitáveis da vida, bem como as diferentes consequências que ambas acarretam.

Desta forma, considerando que a tríade trágica negativa só se prolifera quando a pessoa está imersa num vazio existencial e que tal comportamento só poderá ser redirecionado para a tríade trágica positiva quando o vazio existencial for preenchido por sentido (FRANKL, 2016, p. 189), Frankl reitera que este sentido não pode ser prescrito: é de responsabilidade da consciência de cada pessoa descobrir o sentido de cada situação, uma vez que “nessa linha, chamamos a consciência de ‘órgão do sentido’” (FRANKL, 2016, p. 24). Assim, o homem é orientado a buscar o sentido através da consciência enquanto uma capacidade propriamente humana de descobrir este sentido único e irrepetível que se esconde em cada situação e circunstância que este mesmo homem está inserido no tempo e no espaço, que é a existência (FRANKL, 2019, p. 30).

Este movimento é retratado por meio da história do Pinóquio com sua busca para se tornar um menino de verdade, a narrativa simboliza a jornada do autoconhecimento e a luta contra as tentações e desvios que afastam do caminho do verdadeiro sentido da vida. A consciência das manifestações do vazio existencial implica em reconhecer os momentos em que, assim como Pinóquio, a pessoa humana é seduzida por promessas de felicidade e satisfação que, no fundo, são efêmeras e superficiais.

A transformação de Pinóquio de uma marionete guiada por forças externas para um ser autônomo, capaz de fazer suas próprias escolhas baseadas em valores internos, ilustra a importância da consciência na superação do vazio existencial. É através da tomada de consciência que Pinóquio começa a discernir entre o certo e o errado, entre o que é momentaneamente gratificante/prazeroso e o que é verdadeiramente enriquecedor. Neste contexto, a tomada de consciência é o catalisador para a mudança: uma pessoa consciente é capaz de se despertar e reconhecer que o vazio existencial se manifesta de muitas formas — como alienação, apatia, busca incessante por prazeres superficiais — e que todos estas são sintomas de uma ausência de sentido autêntico e responsável.

Uma vez tomada a consciência das diversas manifestações do vazio existencial por meio da atenção às situações, o próximo passo crucial na jornada é o enfrentamento direto dessas realidades. A fábula de Pinóquio, com sua ênfase na transformação pessoal e na busca pela própria essência, serve de prelúdio a este estágio de enfrentamento: assim como Pinóquio aprendeu que ser “real” vai além da mera existência física, envolvendo ações e decisões que refletem a verdadeira natureza de seu ser, também cada pessoa humana deve descobrir, no enfrentamento do vazio existencial, um encontro com suas mais profundas aspirações

e temores. Este processo não só desafia a olhar além das sensações de falta de sentido, mas também a buscar ativamente o propósito que define a existência humana.

“Ou seja, o ser humano só se torna realmente ser humano e é totalmente ele mesmo onde ele se entrega na dedicação a uma tarefa, no serviço a uma causa ou no amor a uma outra pessoa, deixando de se enxergar e esquecendo-se de si”. (FRANKL, 2016, p. 16).

Cada pessoa é convocada a autotranscender assim como Pinóquio, uma vez que a existência humana sempre aponta para algo além de si mesma num movimento de criação, de vivência e de encontro. Mas, não só autotranscender: cada pessoa é convocada a autodistanciar-se de si mesma e das situações trágicas da vida, como um fenômeno propriamente humano que convoca este a despertar para a capacidade do homem de rir de si mesmo. Assim, como “nenhum animal se preocupa com o sentido da vida e nenhum animal sabe rir”, Frankl recorda que o ser humano é um ser que, graças a autotranscendência, está à procura de sentido e, graças ao autodistanciamento, está disposto ao humor (FRANKL, 2016, p. 28).

CONCLUSÃO

O *modus operandi* da pessoa humana requer que esta busque o sentido e, como consequência, encontre a felicidade. Ainda que visitada pelas tragédias da vida, como dor, culpa e morte, a pessoa humana pode encontrar o sentido, apesar destas situações, e viver a tríade trágica positiva por meio da realização, da mudança e da responsabilidade. Por outro lado, quando o sentido é esquecido e a busca pelo prazer ou pelo poder se tornam o centro da vida humana, a consequência é o vazio existencial, pois o homem frustra a vontade de sentido e o preenche pelo nada. Além disso, quando vive as situações trágicas da vida, este mesmo homem, encontra na adicção,

agressão e depressão o seu substituto, experimentando a tríade trágica negativa por meio do tédio, da apatia e da frustração.

Sendo assim, o mecanismo que gera a sensação de falta de sentido no homem descreve tanto a relação de maturidade espiritual do homem que busca o sentido quanto a relação oposta daqueles que, negligenciando esta busca, optam por viver uma vida subumana, esquecendo-se daquilo que é propriamente humano: a pessoa espiritual e o agir a partir dela. Assim, ao experimentar a falta de sentido, o homem só poderá superá-la quando conseguir mobilizar os processos de busca de sentido e a não frustração desta vontade de sentido, que aponta para a realização de valores criativos, vivenciais e atitudinais.

Desta forma, a realização destes valores como caminho de descoberta do sentido se dá, segundo Frankl, pela consciência, que

é o órgão de sentido. Somente por meio da tomada de consciência é possível despertar a pessoa humana para a realidade de modo que, atenta às situações e circunstâncias da vida, este mesmo homem pode modificar a realidade a partir do que ela mesma é e, ao modificá-la, estará modificando a si mesmo. Assim, a consciência, da mesma forma que foi importante na história do Pinóquio para transformá-lo em um menino de verdade, na vida do homem, esta consciência é capaz de fazer com que a pessoa humana descubra o sentido único e irrepetível por de trás de cada situação particular e singular, levando-o a autotranscender e a autodistanciar-se de si mesmo a fim de viver uma vida na qual “ele se entrega na dedicação a uma tarefa, no serviço a uma causa ou no amor a uma outra pessoa, deixando de se enxergar e esquecendo-se de si”. (FRANKL, 2016, p. 16).

REFERÊNCIAS

BRAGA, Arnin Rommel Pinheiro. TÉDIO E SENTIDO NA PANDEMIA: UMA ANÁLISE A PARTIR DO PENSAMENTO DE VIKTOR FRANKL. *Complexitas – Revista de Filosofia Temática*, [S.l.], v. 5, n. 1, p. 67-79, nov. 2020. ISSN 2525-4154. Disponível em: <https://periodicos.ufpa.br/index.php/complexitas/article/view/9323>. Acesso em: 06 abr. 2024.

FRANKL, Viktor E. **A falta de sentido**: Um desafio para a psicoterapia e a filosofia. Tradução: Bruno Alexander. 1. ed. Campinas, SP: Editora Auster, 2021.

FRANKL, Viktor E. **A vontade de sentido**: fundamentos e aplicações da logoterapia. São Paulo: Paulus, 2011.

FRANKL, Viktor E. **Em busca de sentido**: um psicólogo no campo de concentração. 45. ed. Petrópolis: Vozes, 2019.

FRANKL, Viktor E. **O sofrimento humano**: fundamentos antropológicos da psicoterapia. Tradução: Renato Bittencourt, Karleno Bocarro. 1. ed. São Paulo: É realizações, 2019.

FRANKL, Viktor E. **Psicoterapia e sentido da vida**: fundamentos de logoterapia e análise existencial. Tradução: Alípio Maia de Castro. São Paulo: Quadrante, 2003.

FRANKL, Viktor E. **Psicoterapia para todos**. Uma psicoterapia coletiva para contrapor-se à neurose coletiva. Petrópolis: Vozes, 1990.

FRANKL, Viktor E. **Sede de sentido**. Tradução: Henrique Elfes. 5. ed. São Paulo: Quadrante, 2016.

FRANKL, Viktor E. **Teoria e terapia das neuroses**: introdução à logoterapia e à análise existencial. Tradução: Claudia Abeling. 1. ed. São Paulo: É realizações, 2016.

IPEA – INSTITUTO DE PESQUISA ECONÔMICA APLICADA. **A depressão como o mal do século XXI: origens da noção de mal e sua atualidade nas políticas globais de saúde e de regulação de medicamentos.** Rio de Janeiro: IPEA, 2020. Disponível em: https://repositorio.ipea.gov.br/bitstream/11058/12308/1/Cap7_A_Depress%C3%A3o.pdf. Acesso em: 07 abr. 2024.

LIBARDI, T. A. Dimensão da maturidade à luz da logoterapia. **Teocomunicação**, Porto Alegre, v. 38, n. 159, p. 122-137, jan-abr. 2008. Disponível em: <https://revistaseletronicas.pucrs.br/ojs/index.php/teo/article/view/4031/3079>. Acesso em: 15 mar. 2024.

NASCIMENTO, Ananda Kenney da Cunha; CALDAS, Marcus Túlio. Dimensão espiritual e psicologia: a busca pela inteireza. **Rev. abordagem gestalt.**, Goiânia, v. 26, n. 1, p. 74-89, abr. 2020. Disponível em: http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1809-68672020000100008&lng=pt&nrm=iso. Acesso em: 01 abr. 2024.

SCHELER, M. **A posição do homem no cosmos.** Rio de Janeiro: Forense Universitária, 2003.