

## RESENHA DO LIVRO “EM BUSCA DE SENTIDO” DE VIKTOR FRANKL

Nédia Maria Bizarria dos Santos Galvão<sup>1</sup>

FRANKL, V. **Em busca de Sentido.** 56. ed. Petrópolis: Editora Vozes, 2022.

### RESUMO

Este texto é uma resenha do livro "Em busca de sentido", de Viktor Frankl. A obra apresenta o sofrimento como algo inherent à vida e a possibilidade de encontrar sentido nas condições mais adversas. A constatação é atestada na experiência pessoal do próprio escritor, assim como demais prisioneiros dos campos de concentração no período da Segunda Guerra Mundial, inclusive no famigerado campo de concentração de Auschwitz. O autor e psicólogo, desenvolveu a teoria da Logoterapia, uma tentativa de conduzir pessoas a encontrarem sentido na vida, mesmo no mais profundo abismo de dor. A obra tem seu ápice na "Tese do otimismo trágico", que é a capacidade humana de permanecer otimista apesar da dor, da culpa e da morte. "Em busca de sentido" conduz o leitor a refletir no sofrimento na perspectiva dos seus aspectos positivos, como um aliado do amadurecimento e fortalecimento daqueles que sofrem.

**Palavras-chave:** Holocausto; Logoterapia; Viktor Frankl.

BOOK REVIEW OF MAN'S SEARCH FOR MEANING BY VIKTOR FRANKL

### ABSTRACT

This text is a review of the book "Man's Search for Meaning" by Viktor Frankl. The work presents suffering as something inherent to life and emphasizes the possibility of finding meaning even under the most adverse conditions. This realization is

<sup>1</sup>Pós-Graduada em Ciência da Religião; Pós-graduada em docência; Bacharela em Teologia. ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-9781-710X>. E-mail: [nediabizarria@gmail.com](mailto:nediabizarria@gmail.com)



confirmed by the author's personal experience, as well as that of other prisoners in concentration camps during World War II, including the infamous Auschwitz camp. The author and psychologist developed the theory of Logotherapy, an attempt to guide people in discovering meaning in life, even in the deepest abyss of pain. The book reaches its peak in the "Thesis of Tragic Optimism," which refers to the human ability to remain optimistic despite pain, guilt, and death. Man's Search for Meaning leads readers to reflect on suffering from the perspective of its positive aspects, as an ally in the growth and strengthening of those who suffer.

**Keywords:** Holocaust; Logotherapy; Viktor Frankl.

### *RESEÑA DEL LIBRO EL HOMBRE EN BUSCA DE SENTIDO DE VIKTOR FRANKL*

#### **RESUMEN**

Este texto es una reseña del libro "El hombre en busca de sentido", de Viktor Frankl. La obra presenta el sufrimiento como algo inherente a la vida y destaca la posibilidad de encontrar sentido incluso en las condiciones más adversas. Esta afirmación se confirma en la experiencia personal del propio autor, así como en la de otros prisioneros de los campos de concentración durante la Segunda Guerra Mundial, incluido el infame campo de concentración de Auschwitz. El autor y psicólogo desarrolló la teoría de la Logoterapia, un intento de guiar a las personas para que encuentren un sentido en la vida, incluso en el abismo más profundo del dolor. La obra alcanza su punto culminante en la "Tesis del optimismo trágico", que es la capacidad humana de mantenerse optimista a pesar del dolor, la culpa y la muerte. El hombre en busca de sentido invita al lector a reflexionar sobre el sufrimiento desde la perspectiva de sus aspectos positivos, como un aliado del crecimiento y fortalecimiento de quienes sufren.

**Palabras clave:** Holocausto, Logoterapia, Viktor Frankl.

O livro “Em busca de sentido”, cuja autoria é do professor Viktor E. Frankl, é um clássico que passou por várias edições, a edição em foco é a 56ª do ano de 2022. A obra está dividida em três seções, cada seção contém tópicos. A primeira seção contém o relato das três fases nas reações psicológicas do prisioneiro no campo de concentração; na segunda seção o autor apresenta conceitos fundamentais da logoterapia; e a terceira é intitulada “A tese do otimismo trágico”, em que o autor conclui a obra selando no leitor uma profunda reflexão. Viktor E. Frankl publicou 32 livros, foi professor de Neurologia, Psiquiatria e Logoterapia,



sendo essa última, uma versão da moderna análise existencial, também conhecida como a “Terceira Escola Vienense de Psicoterapia”, elaborada pelo próprio Frankl.

A primeira seção do livro tem como título “Em busca de sentido”, não por acaso, pois representa o grande significado da literatura. Viktor Frankl introduz a seção com o tópico “Um psicólogo no campo de concentração” e apresenta o objetivo do livro que é conduzir o leitor a compreender experiências e atitudes vividas pelos prisioneiros durante a Segunda Guerra Mundial. O segundo tópico da primeira seção é “A primeira fase: recepção no campo de concentração”. Nesse bloco, o autor relata desde o trajeto até a chegada no tão temível campo de Auschwitz, sinônimo de câmaras de gás, fornos crematórios e execuções em massa. A primeira seleção dos prisioneiros é realizada por um oficial da SS que, com um pequeno gesto com o dedo em direção à direita, elegia o indivíduo a uma das mais terríveis experiências humanas, viver em Auschwitz.

No tópico posterior intitulado “A segunda fase: a vida no campo de concentração”, o professor Viktor Frankl traz os conflitos vividos pelos prisioneiros, como: apatia, escárnio, sonhos, fome, instinto sexual inibido, ausência de sentimentos pelo outro, hibernação cultural, a fuga para dentro de si, meditação nas coisas singelas da vida, monólogo consigo mesmo, a presença da arte e do humor no campo de concentração, inveja, alegrias miseráveis, ânsia por solidão, canibalismo, purgatório de tensão interior, irritabilidade pela abstinência da nicotina e cafeína, a busca de sentido no sofrimento, encarar a morte com dignidade e coragem, a realidade de uma existência provisória (sem prazo), o antagonismo de viver vegetativamente ou vencer interiormente buscando encontrar a liberdade dentro de si, estabelecer alvo para o futuro, buscar o sentido da vida em meio ao sofrimento e iminente morte, coragem para sofrer, acreditar que alguém ou algo estava à espera, esses eram alguns conflitos que atormentavam e/ou asseguravam os dias dos prisioneiros.

O último tópico da primeira seção aborda “A terceira fase: após a libertação”, e o autor mostra que nesta fase a liberdade confronta com a realidade, tendo que



ser reaprendido o conceito de liberdade, assim como o sentimento da alegria em rever a tão esperada liberdade. Logo após a libertação, a alegria continua prisioneira, encarcerada aos maus tratos, desamparo, devido ao longo tempo de improvável liberdade. Levam-se dias para a alegria tomar ares de liberdade, até que chega o momento que ela inunda os corações dos ex-prisioneiros, reafirmando-os como pessoas livres. Mas, o alívio da tensão, após pressão psicológica num campo de concentração por tempo prolongado, pode causar uma descompressão repentina. Pois, o alívio súbito de uma intensa pressão psicológica pode prejudicar a saúde espiritual e mental de uma pessoa. E o professor Viktor apresenta as possíveis consequências da descompressão repentina: deformação, amargura e decepção. Por fim, o autor encerra a primeira seção afirmando que a experiência do libertado é coroada pelo sentimento de que mais nada precisa temer neste mundo depois de tudo que sofreu, a não ser seu Deus.

A seção dois é intitulada “Conceitos Fundamentais da Logoterapia”, na qual o autor explica a logoterapia se comparada à psicanálise como menos retrospectiva e também menos introspectiva, mais concentrada no futuro, naquilo a ser realizado. A logoterapia conduz o indivíduo a busca de sentido na vida, o que contrasta com a busca pelo mero prazer. Seguimos, então, para um breve resumo dos conceitos apresentados nesta seção.

- “A vontade de sentido”: expõe que a busca da pessoa por um sentido, uma razão é a primeira motivação que pode e deve ser realizada unicamente pela pessoa.
- “Frustração existencial”: apresenta que a frustração existencial pode desencadear em neuroses. Mais especificamente, neuroses noogênicas e não psicogênicas, tendo relação com a existência humana.
- “Neuroses noogênicas”: o professor Viktor argumenta que elas surgem de problemas existenciais, e a psicoterapia não é a terapia mais apropriada, mas a logoterapia, pois ousa penetrar na dimensão humana.



- “Noodinâmica”: o autor discorre na tensão necessária, como um pré-requisito fundamental para a saúde mental, refutando a ideia de equilíbrio mental, um estado livre de tensão.
- “Vazio existencial”: Viktor Frankl descreve como a perda de instintos básicos e as tradições.
- “O sentido da vida”: difere de pessoa para pessoa. Pois, cada um tem sua própria vocação ou missão na vida, trata-se de uma tarefa singular.
- “A essência da existência”: o psicólogo e psiquiatra Frankl advoga que a logoterapia busca criar no paciente uma plena consciência de responsabilidade.
- “O sentido do amor”: na logoterapia o amor não é um mero epifenômeno de impulsos e instintos, mas um vetor.
- “O sentido do sofrimento”: um dos princípios fundamentais da logoterapia, é que o indivíduo não encontra sentido na vida necessariamente no prazer e ausência de dor, mas esse sentido pode ser encontrado numa condição adversa, se essa condição tem uma razão especial.
- “Problemas metaclínicos”: trata de questões que poderiam ser tratadas com um direcionamento ético, moral e espiritual.
- “Um logodrama”: o conceito é apresentado através de um exemplo, em que o autor expõe que o sofrimento pode alavancar sentido para vida, enquanto uma vida de conforto e tranquilidade pode representar um total fracasso.
- “O suprassentido”: a logoterapia trata neste sentido da incapacidade do paciente compreender o sentido do sofrimento, e ser conduzido a uma perspectiva de compreensão.
- “A transitoriedade da vida”: explica que na logoterapia a transitoriedade não tira o sentido da vida, pois ela constitui a responsabilidade humana de decidir a todo instante entre o certo e errado.
- “Logoterapia como técnica”: baseia-se no que se chama “intenção paradoxal”, essa confronta o paciente com seus medos e intenções excessivas, mostrando que o medo só produz mais medo e a intenção exacerbada impossibilita a realização.



- “A neurose coletiva”: é apresentado que cada época tem sua própria neurose coletiva, o que leva à necessidade de uma psicoterapia para cada época.
- “Crítica de pandeterminismo”: trata-se de um pressuposto equivocado e danoso, que restringe o indivíduo frente a uma posição condicionante e determinante, sendo incapaz de se posicionar. Para Frankl, o ser humano tem liberdade de mudar a qualquer instante.
- “O credo psiquiátrico”: é explicado que uma pessoa incuravelmente psicótica pode até perder sua utilidade, mas não a dignidade humana. Isso é o que ele chama de credo psiquiátrico.
- “Reumanizando a psiquiatria”: é apresentado que a logoterapia trabalha com o que o ser humano tem dentro de si, a potencialidade de decidir e não está condicionado ao meio.

A terceira e última seção da obra tem como título: A tese do otimismo trágico, que significa permanecer otimista, apesar da “tríade trágica”: a dor, a culpa e a morte. Pois, a vida permanece a ter sentido mesmo nas circunstâncias mais miseráveis, devido à capacidade do ser humano transformar criativamente, situações desfavoráveis em algo favorável ou construtivo, extraindo o que tem de bom na situação, ainda que adversa. Numa sociedade que vive sob a ditadura da felicidade, o livro “Em busca de sentido” apresenta que o sofrimento tem aspectos positivos, sendo o sofrimento um aliado do amadurecimento, fortalecimento e crescimento do indivíduo. O livro é envolvente e prende a atenção do leitor, e durante a leitura vai sendo impregnado uma espécie de olhar encantador pelas experiências mais difíceis.

A obra é direcionada a estudantes e profissionais da psicologia, assim como a um público em geral, principalmente aqueles que estão em busca de sentido. A magnífica obra ensina como sofrer, sendo o sofrimento algo inerente à vida, resta-nos encontrar sentido na vida em meio ao sofrimento. É saber como sofrer quando o sofrimento é inevitável, é atravessar o sofrimento de cabeça erguida, é encontrar sentido na dor, é se tornar digno do sofrimento. Pois, a vida tem sentido



sob quaisquer circunstâncias, e isso é atestado não simplesmente teoricamente, mas empiricamente por quem viveu um dos maiores horrores da história humana, e ainda assim encontrou sentido em Auschwitz.

