

*A consciência da morte como possibilidade de realização de sentido na perspectiva da Logoterapia e Análise Existencial: uma análise do livro “A morte é um dia que vale a pena viver”*

Débora Maria Machado

Kerollen de Cassia Maria

Prof<sup>ª</sup> Ms. Francisca Pereira da Cruz Zubicueta

Prof<sup>ª</sup> Solange Santos de Freitas

Faculdade Sete Lagoas – FACSETE, MG

Pós-graduação em Logoterapia e Análise Existencial Clínica

**Resumo:**

Este artigo tem como objetivo trazer reflexões sobre a finitude e temporalidade da vida, marco este também constitutivo de seu sentido. Embora a morte e o morrer sejam fenômenos inevitáveis e inerentes a condição humana, refletir sobre esta temática ainda é algo desafiador e, muitas vezes, evitado pela sociedade. Serão discutidos conceitos importantes para o objetivo em questão, tais como: consciência da morte; liberdade e responsabilidade; e valores de atitude diante da morte iminente. Desta forma, a pesquisa em questão refere-se a um estudo de caso da obra “A morte é um dia que vale a pena viver”, da autora Ana Cláudia Quintana Arantes, em que será analisado a consciência da morte como possibilidade de realização de sentido, tendo como aporte teórico subsídios da Logoterapia e Análise Existencial, por meio de livros e artigos científicos. Como referencial de análise dos dados foi utilizado a Análise de Conteúdo. Com o estudo realizado, pôde-se chegar à conclusão de que a finitude não impossibilita o homem de posicionar-se diante da vida, ainda há possibilidade de realização de sentido mesmo diante das condições inalteráveis que nos são impostas. Sendo essa capacidade, de transformar uma tragédia em um triunfo, uma capacidade unicamente humana e supõe que o ser humano é um ser capaz de responder a vida, apesar das adversidades, podendo modificar para melhor alguma coisa da realidade e, da mesma forma, pode modificar ao próprio homem, na forma como ele enfrenta algo e na forma como se sofre.

**Palavras-chave:** Logoterapia; existência; sentido; morte; Viktor Frankl.

**Abstract:**

This frame is also constitutive of its meaning. Although death and dying are inevitable phenomena and inherent to the human condition, reflecting on this topic is still challenging and often avoided by society. Important concepts for the objective in question will be discussed, such as: awareness of death; freedom and responsibility; and values of attitude in the face of imminent death. In this way, the research in question refers to a case study of the work “Death is a day that is worth living”, by the author Ana Cláudia Quintana Arantes, in which the awareness of death will be analyzed as a possibility of carrying out actions. sense, having as

theoretical support subsidies of Logotherapy and Existential Analysis, through books and scientific articles. As a reference for data analysis, Content Analysis was used. With the study carried out, it was possible to reach the conclusion that finitude does not make it impossible for man to position himself in front of life, there is still the possibility of realizing meaning even in the face of the unalterable conditions that are imposed on us. This ability, to transform a tragedy into a triumph, is a uniquely human ability and supposes that the human being is a being capable of responding to life, despite adversities, being able to change something in reality for the better and, in the same way, can modify man himself, in the way he faces something and in the way he suffers.

**Keywords:** Logotherapy; existence sense; death; Viktor Frankl.

## INTRODUÇÃO

A humanidade, desde os seus primórdios, debate sobre a questão de vida e morte, tentando interpretar e elucidar respostas às inquietações que afligem a condição humana. Sabe-se que a morte faz parte do desenvolvimento humano desde o momento em que nascemos, considerando que a cada dia vivido, têm-se um dia a menos de nossa existência. Porém, ainda que a morte e o morrer sejam fenômenos inevitáveis, refletir sobre a finitude é, muitas vezes, desafiador, principalmente quando se trata de pacientes terminais, cuja morte, senão iminente, de alguma forma está declarada.

Este inevitável e possível encontro com a morte assume diferentes nuances, de acordo com a perspectiva particular de cada indivíduo, considerando, também, sua construção histórica e social. Entretanto, a morte faz parte de nossa vida, e é a partir do momento em que tomamos consciência sobre ela, incluindo-a em nossas reflexões, é que teremos uma das possibilidades mais profundas de encontrar o sentido da vida.

Neste caso, ressalta-se que os cuidados paliativos, à pacientes que se encontram em fase final da vida, se fundamenta em um manejo de manejo de amparo ao paciente e seus familiares, perpassando as dimensões físicas e emocionais, englobando além do alívio da dor e os desconfortos físicos, uma assistência espiritual e psicossocial, com o objetivo de promover qualidade de vida aos pacientes e seus familiares diante o enfrentamento da doença e da morte (World Health Organization, 2021).

Partindo do referencial logoterapêutico, Frankl (2019) discorre que a possibilidade de consciência perante a morte pode nos paralisar ou pode ser um chamado e/ou convocação da vida, para que possamos tornar cada dia o melhor que ele possa vir a ser, associando-se aos

temas de liberdade e responsabilidade, pois diante da compreensão da temporalidade da vida, o homem passa a entender a responsabilidade perante uma vida que só se vive uma vez.

A Logoterapia, também considerada a “Terceira Escola Vienense de Psicoterapia”, teve como fundador Viktor Frankl, médico e professor de neurologia e psiquiatria, conhecido mundialmente pelas experiências nos campos de concentração e a criação da psicoterapia do sentido da vida. “Logos” significa sentido, o que denota o fato de que a Logoterapia está orientada para a existência humana e a busca de nós, seres humanos, pelo sentido da existência (Aquino, 2013).

Partindo disso, a Logoterapia concebe uma visão de homem distinta das demais concepções psicológicas de seu tempo ao propor a compreensão da existência a partir dos fenômenos especificamente humanos e a identificação da dimensão noética ou espiritual. Então, Frankl (2011) compreende o indivíduo como uma unidade múltipla em que estão integradas as dimensões biológica, psíquica e noética-espiritual, ou seja, uma unidade biopsiconoética, essas dimensões se complementam, de forma que compõem a totalidade do ser propriamente humano. Esse campo, o da dimensão noética, é o que nos possibilita sermos humanos, diferente dos outros animais, e envolve aspectos como “decisões de vontade, intencionalidade, interesses práticos e artísticos, pensamento criativo, religiosidade, senso ético (consciência moral) e compreensão do valor” (Lukas, 1989, pp. 28-29 como citado em Aquino, 2013, p.45).

Além disso, Frankl apresenta três concepções como as bases da sua escola, a Logoterapia e Análise Existencial: a liberdade da vontade, a vontade de sentido e o sentido da vida. A primeira, “liberdade da vontade”, caracteriza-se pela noção de que o existir humano é ser-responsável, porque é um ser livre, ou seja, somos seres livres para escolher e, portanto, somos responsáveis pelo o que decidimos (Frankl, 2019a).

A “vontade de sentido”, segunda concepção de Frankl, é a motivação primária do ser humano, que busca um sentido em sua existência por meio da realização de valores, sendo esta a principal manifestação da autotranscendência, visto que o indivíduo está orientando a própria vida para algo ou alguém além de si mesmo. Essa vontade de sentido surge como uma necessidade primária do homem e não se reduz a uma psique movida pelo instinto, possuindo também o espiritual, ao mundo do sentido, que se relaciona com valores primordiais. A vontade de sentido se relaciona com a necessidade do ser humano em compreender sua vida quanto ao sentido de sua existência (Aquino, 2013).

A terceira base, o “sentido da vida”, remete-se ao encontro do sentido para a vida do indivíduo. Esse sentido é específico e singular, não podendo haver um sentido universal. Desta forma, há três maneiras de encontrar um sentido na vida: através de valores de criação, que

podem ser realizados a partir da criação de um trabalho ou de alguma atividade; valores de experiência, podendo ser realizado a partir da experiência vital ou encontrando alguém; e valores de atitude, pela decisão que tomamos perante o sofrimento inevitável (Aquino, 2013).

Segundo Frankl (2005) há diferentes possibilidades para o encontro do sentido e, dentre elas, o valor de atitude, caracterizado pela capacidade unicamente humana em que, independente dos contextos ou das condições que nos são impostas no âmbito de um acontecimento irremediável, o homem posiciona-se através de atitudes que superam interiormente a experiência fatal que lhe atingiu. Isso significa dizer sim a vida, apesar das adversidades. Então, entende-se que perante as distintas possibilidades de agir, o ser humano precisa ter consciência da sua liberdade de escolha, em que é capaz de realizar um ato de valor numa dada situação irreparável e pode tomar uma posição, dizer sim a vida. Essa possibilidade, essa consciência da liberdade do homem, pode modificar para melhor sua realidade e pode transformá-lo dignamente. Para Frankl (2019) a vida sempre tem sentido, o qual está no mundo, sendo necessário que este sentido seja "descoberto" pela pessoa.

Os valores de atitude vinculam-se a nomeada tríade trágica, sendo esta composta pelo sofrimento, culpa e morte do ser humano, fundamentando-se na visão antropológica da Logoterapia e Análise Existencial: O ser humano-é-finito (Herrera, 2021). O Ser Humano é um Ser finito, e ao decorrer da vida esse Ser é convocado a vivências desafiadoras e inevitáveis permeada crucialmente pela temporalidade e pela finalidade que sobressaltam e exigem tomadas de decisões (Corrêa & Rodrigues, 2013).

De acordo com Heidegger a finitude é constitutiva do Ser Humano, apresentando-se a morte como um arco de tensão em relação a vida, direcionando o ser para uma possibilidade de responder a vida, assim, compreende o Dasein, como um Ser-para-a-morte, que se inclina a abertura magistral da vida, regido pela liberdade diante das possibilidades de sentido (Martins Filho, 2016).

A morte revela a responsabilidade pela finitude da vida humana, com diversas indagações: o que estás fazendo e o que fizeste de sua vida? O que sofreste e como sofreste? (Herrera, 2021). A morte, estando diretamente relacionada com a finitude do psicofísico humano, promove a possibilidade de realização dos valores de atitude, assim esse Ser tem a oportunidade de decidir-se como quer viver e qual será o sentido da sua própria morte e este sentido da vida genuinamente proclama em sua descoberta a pergunta pelo sentido da morte (Herrera, 2021).

Para Frankl (2019a) a morte pertence à vida tão plenamente como o sofrimento e a culpa, e tornam a vida plena de sentido. Pois, é tendo a compreensão da temporalidade da vida

é que podemos tornar cada dia o melhor que ele possa vir a ser. Caso contrário, se tivéssemos um tempo ilimitado, provavelmente adiaríamos muitas realizações e escolhas, sabendo que teríamos um próximo dia. Então, é justamente sabendo que nosso tempo pode acabar, é que devemos realizar em vida as melhores escolhas, considerando sua irrepetibilidade e caráter de algo único.

As escolhas que tomamos durante nosso percurso, levando-nos a concretização de valores na criação de algo, na experimentação de coisas e/ou momentos e na atitude diante do sofrimento, remetem a irrepetibilidade do nosso tempo de vida, ficando, as nossas escolhas, armazenadas no passado, de forma que não são mais transitórias e nada pode mudá-las, anulá-las, nem mesmo a finitude - isto é o que traz sentido para nossa existência. Desta forma, quando alguém morre, não leva consigo tudo aquilo que foi realizado em vida, pois tudo isso fica concretizado no mundo, permanece e pode ser lembrado por aqueles que ainda vivem (Frankl, 2019b).

Logo, uma vida plena de sentido não é caracterizada pela sua duração, mas antes pelo seu conteúdo, ou seja, por meio das decisões tomadas frente às imposições do destino. Desta forma, cabe à pessoa responsabilizar-se pela sua tomada de posição – escolha -, diante das possibilidades que a vida lhe apresenta. Possibilidades de amar, de criar e de enfrentar o sofrimento inevitável (Frankl, 2019b).

Pode, a presença de uma doença e/ou a proximidade da morte, impulsionar no homem a realização de valores e o encontro pelo sentido, depois de ter vivido a vida em uma passividade extrema, sem prestar atenção às suas próprias possibilidades e sem realizá-las. Ao conscientizar-se frente a possibilidade de sua morte, e ao encarar de forma autêntica o seu sofrimento, realiza o sentido (Frankl, 2019a).

O sentido, portanto, é único e singular para cada indivíduo e diferente em cada situação (Aquino, 2013), pois as possibilidades são passageiras, considerando a transitoriedade da vida. As ocasiões com que o indivíduo se depara para realizar valores criadores, vivenciais ou, ainda, aquilo que é próprio do destino e é inalterável, ou seja, aquilo que tem que suportar e enfrentar no sentido dos valores de atitude, tudo isso possui seu caráter e algo único e remetem a sua irrepetibilidade (Frankl, 2019a).

Por essa razão torna-se relevante a indagação a respeito da consciência da morte como uma possibilidade de realização de sentido, que será analisada pela perspectiva da Logoterapia e Análise Existencial no relato de vivência de uma profissional de saúde que se aprofundou em cuidados paliativos e registrou sua experiência no livro “A morte é um dia que vale a pena viver”. Este trabalho tem como objetivos específicos a) avaliar a consciência da morte como

possibilidade de sentido; b) analisar os conceitos de liberdade e responsabilidade perante a morte; e c) identificar os valores de atitude diante da morte iminente.

## **MÉTODO**

Frente a presente temática, o estudo terá como delineamento de estudo de caso, que fundamenta-se como uma pesquisa natural e dinâmica, realizada por diferentes métodos (quanti e qualitativo), fontes de evidências e informações, sendo descrita e analisada com intensa profundidade, direcionando um olhar para as variações intrasujeitos por meio do tempo, com o intuito de testar hipóteses teóricas ou até mesmo gerar explicações a serem testadas e comprovadas em estudos posteriores (Serralta, Nunes & Eizirik, 2011).

Para análise do material, será utilizado a Análise de Conteúdo fundamentado como um conjunto de técnicas metodológicas estruturadas, que se aplica a adversos discursos (conteúdos e continentes, objetivando investigar e analisar qualitativamente o foco de estudo de determinado material, sob um criterioso processo, como Pré-análise (organizar o material para futura análise); Exploração do material (codificação e categorização) e Tratamento dos resultados (inferência, uma interpretação dirigida) (Bardin, 1997).

Serão extraídos da obra "A morte é um dia que vale a pena viver", da autora Ana Claudia Quintana Arantes, elementos que articulem a consciência e compreensão da morte como possibilidade de realização de sentido, identificando os valores de atitude diante da morte iminente, atrelado aos conceitos de responsabilidade e liberdade por meio do referencial teórico da Logoterapia e Análise Existencial como suporte de leitura e análise crítica, pois diante desta teoria que fundamentará o estudo, torna-se essencial acolher a finitude, a temporalidade, não só como um marco cronológico da existência humana, mas como também constitutiva do seu sentido (Frankl, 2019).

## **DESCRIÇÃO DO CASO**

A obra analisada "A morte é um dia que vale a pena viver" é um compilado de 28 capítulos que discorre nas 192 páginas sobre as reflexões da vida frente a perspectiva da morte, correlacionando diretamente aos cuidados paliativos, assunto este que ainda é temido pelas pessoas e pouco explorado pelos profissionais da saúde.

O livro analisado foi publicado em 2019, pela editora Sextante, escrito pela médica Ana Claudia Quintana Arantes, formada pela Universidade de São Paulo (USP), com residência em

geriatria e gerontologia no Hospital das Clínicas da FMUSP. Fez pós-graduação em Psicologia – Intervenções em Luto pelo Instituto 4 Estações de Psicologia e especialização em Cuidados Paliativos pelo Instituto Pallium e pela Universidade de Oxford. Ana Claudia, também, é sócia-fundadora da Associação Casa do Cuidar, onde coordena os cursos de formação avançada multiprofissional – Prática e Ensino em Cuidados Paliativos.

## **DISCUSSÃO E RESULTADOS**

### **CONSCIÊNCIA DA MORTE**

Abordar temáticas sobre a morte e o morrer ainda pode causar certo desconforto e, muitas vezes, é um assunto evitado pela sociedade. Ana Cláudia Quintana Arantes, em seu livro “A morte é um dia que vale a pena viver”, discorre sobre este assunto, descrevendo experiências vivenciadas com pacientes que se encontram em cuidados paliativos. Como exemplo da dificuldade de abordarmos temáticas relacionadas a morte e o morrer, logo no início do livro descreve sobre uma experiência em uma festa. Nesta festa em questão não conhecia ninguém além da anfitriã, mas após conversar com alguns convidados, eles lhe questionam sobre seu trabalho e a mesma responde: “sou médica... cuido de pessoas que morrem” (cuidados paliativos). Ao ouvirem a resposta, o silêncio se instala e o clima fica constrangedor... após algum tempo de silêncio, alguém comenta “Nossa! Deve ser bem difícil!”, em uma tentativa de amenizar a situação. Após o relato, as pessoas se dispersam pela festa, uma foi buscar um drinque, outra saiu e não voltou mais, outro foi ao banheiro. Neste contexto a médica se questiona “Será que algum dia as pessoas serão capazes de desenvolver uma conversa simples e transformadora sobre a morte?” (p. 11).

Neste dilema sobre a finitude trazemos considerações da Logoterapia que propõem reflexões valiosas e pontua que é possível encontrar sentido para a vida, mesmo diante da morte iminente. O ser humano pode responder a essa situação de sofrimento, concretizando o valor de atitude, frente ao sofrimento presente. No capítulo “cuidados paliativos – o que são?”, o livro aborda a unicidade e individualidade da pessoa humana, considerando que a experiência do sofrimento é vivenciada de forma única e individual. Pois, “(...) o sofrimento nunca se repete. Mesmo que o tratamento ofereça alívio para a dor, a experiência da dor passa por mecanismos próprios de expressão, percepção e comportamento. Cada dor é única. Cada ser humano é único. (...) temos expressões de sofrimento absolutamente diferentes” (p. 42). Este sofrimento e

consciência perante a morte iminente, pode possibilitar ao homem à busca e o encontro pelo sentido de sua existência.

A propósito, Frankl (2019c) ressalta que o ser humano é mortal na esfera corpórea e psíquica, entretanto, é infinito na dimensão mais elevada da existência, assim, podemos falar da imortalidade espiritual independentemente da temporalidade. Frente a tal realidade, “olhar para trás diante da finitude é o que traz mais inquietação. Diante da consciência da morte, olhamos para a vida que vivemos até aquele momento e repensamos nossas escolhas” (p.128), esse recorte do livro, destaca a significância da escuta da própria consciência, sendo esta geradora de responsabilidade, ao emitir uma forma de agir no aqui e agora, uma resposta ao sentido, captado no momento concreto por meio da realização dos valores (Frankl, 2016).

Consciência essa que é compreendida por Frankl, como um fenômeno estritamente humano, delimitada pela própria finitude, na condição especificamente humana, até o último momento de vida o ser humano não terá a certeza se realmente realizou o sentido da vida ou apenas acreditou tê-lo realizado, no entanto essa incerteza não o exime do risco de ouvir e atender a sua consciência (Frankl, 2015). Arantes (2019, p. 42-43) relata:

“A morte anunciada traz a possibilidade de um encontro veloz com o sentido da vida, mas traz também a angústia de talvez não ter tempo suficiente para vivenciar esse encontro (...) O doente toma consciência de sua mortalidade. E essa consciência o leva à busca do sentido de sua existência”.

Essa incerteza e risco ao ouvir a voz da própria consciência e acreditar que identificou e realizou o sentido de sua vida, não exime o homem de obedecer a sua consciência (Frankl, 2015). Um segundo trecho do livro que evidencia essas reflexões em relação a morte é:

“Não poderemos poupá-la da própria morte. Não poderemos salvá-la daqueles momentos difíceis em que será preciso estar em si mesma. Quando, na proximidade da morte, poupamos um ser humano da consciência de suas urgências, da importância do tempo de estar vivo antes de morrer, não conseguimos interromper o processo de morrer. Conseguimos privá-lo de viver” (Arantes, 2019, p. 96).

Somente o sofrimento determinado pelo destino que traz a possibilidade de sentido ao homem. O sentido pode e deve ser encontrado na vida, e a consciência como um órgão do sentido norteia o ser nessa busca, essa capacidade intuitiva de desvelar o único e singular sentido encoberto em cada momento da vida (Frankl, 2015). “[...] ser consciente pressupõe a exclusiva capacidade humana de elevar-se sobre si, de julgar e avaliar as próprias ações e a própria realidade em termos morais e éticos” (Frankl, 2011, p. 28).

Em princípio, afinar a própria consciência, permite a compreensão de que a vida não deixa de possuir sentido até o último momento de existência. Isso está vinculado a visão da análise fenomenológica, onde o ser humano entende sua vida como sendo significativa pelos seus atos, suas obras, suas criações, mas também por suas vivências, seu encontro com o bom, o belo e o verdadeiro no mundo, o encontro com o outro; um ser que se manifesta na sua própria singularidade, refletindo, assim, no desvelar e realizar do sentido da vida (Frankl, 2021).

## **LIBERDADE E RESPONSABILIDADE PERANTE A MORTE**

Segundo Frankl (1991) algumas situações parecem tirar o sentido da vida, como: o sofrimento, o infortúnio e também a morte. Entretanto, mesmo nessas situações ainda temos possibilidades de realizar escolhas. E, neste caso, refere-se a forma com que se é suportado, aceitado e enfrentado as condições inalteráveis da vida, existindo a possibilidade de extrair um sentido único e singular dessa situação, ou seja, quando uma situação não pode ser mudada o ser humano é convocado para uma mudança em si mesmo (Frankl, 2019b). Devendo, então, o ser humano conscientizar-se enquanto ser livre para algo e responsável por algo.

Com relação às escolhas, estas são mencionadas no capítulo “medo da morte, medo da vida” (p. 57), ao propor que a compreensão, aceitação e respeito pela morte pode proporcionar maior harmonia nas escolhas da vida. Esta compreensão não traz imortalidade física, mas possibilita a experiência consciente de uma vida (consciência psicológica) que vale a pena ser vivida, realizando em vida às melhores escolhas, considerando, também, sua irrepetibilidade e caráter de algo único.

Deste modo, as escolhas que tomamos, diante das condições que nos são impostas, pressupõem a responsabilidade humana, pois, em face do caráter transitório da vida, o ser humano é responsável em responder ao chamado da vida, realizando valores diante as oportunidades que lhe aparecem (Frankl, 2019a). Afinal, “o ser-consciente e o ser-responsável se entrelaçam numa unidade, numa totalidade do ser humano, é coisa que se entende ontologicamente” (Frankl, 2019a, p. 34).

A responsabilidade do homem, consciencializada, assim, pela análise da existência, é uma responsabilidade em vista da irrepetibilidade e do referido caráter de algo único da sua existência; a existência humana é um ser-responsável em vista da sua finitude. Já vimos, contudo, que essa finitude da vida, enquanto finitude temporal, não a torna sem sentido; pelo contrário, e como vimos já, é a morte que dá sentido à vida. Dissemos que à irrepetibilidade da vida pertence a irrepetibilidade de cada situação; agora. Podemos dizer que o caráter de algo único de cada destino faz parte do caráter de algo único da vida (Frankl, 2019, p. 157).

Desse modo, partindo da visão de que somos livres e, portanto, responsáveis, Frankl retira o ser humano da posição de vítima das condições que lhe são impostas, o que não o desvincula das circunstâncias biológicas, psicológicas e sociológicas que vivencia, mas o vê como livre para escolher qual posição tomar diante dessas. Assim, o conceito de liberdade apresenta uma visão que toma o homem como autor de sua própria vida, como ser autônomo que determina a si mesmo. O ser-no-mundo é, assim, configurado a partir das escolhas que vão sendo realizadas (Aquino, 2013). Quando o homem consegue superar tais condições, muitas vezes envolta de sofrimento, é aí, então, que ele ingressa na real dimensão humana, torna-se humano em sua essência (Frankl, 2019b).

## **POSSIBILIDADE DE REALIZAÇÃO DE SENTIDO PERANTE A MORTE**

Frankl (2019a) compreende que na existência do ser humano é inevitável o confronto com o sofrimento, a culpa e a morte. Esses conceitos configuram a tríade trágica, proposta pela Logoterapia. Ao abordar tais conceitos, refere que é possível transformar o sofrimento em uma conquista e realização humana, bem como extrair da culpa uma oportunidade para melhorar e evoluir como ser humano. Além disso, fazer da transitoriedade da vida um incentivo para realizar escolhas conscientes perante as demandas da existência e, logo, realizando ações responsáveis. Já que nenhum ser humano está eximido de ser convocado pela vida a lidar com sofrimento inelutável, com a culpa incontornável e com a morte inescapável (Frankl, 2019c).

Pela perspectiva de transformar o sofrimento em realização, o homem apresenta uma dimensão mais elevada da existência humana, chamado de *homo patiens*, aquele que sofre, e sabe como sofrer, e como transformar seus próprios sofrimentos em uma realização humana. O ser é convocado a responder a esse sofrimento, havendo a possibilidade de extrair um sentido único, pois quando não se pode mudar determinada situação é despertado a mudar si mesmo (Frankl, 2005).

Na perspectiva de plenitude da vida, o capítulo “considerações sobre o tempo” descreve que “o que determina o significado do que foi vivido é o “como”. O tempo confere sentido aquilo que foi vivido” (p. 64) e “o tempo transformador não depende da duração” (p. 65). Assim, “o que separa o nascimento da morte é o tempo. A vida é o que fazemos dentro desse tempo, é a nossa experiência. (...) A vida acontece todo dia, e poucas vezes as pessoas parecem se dar conta disso” (p. 70).

Logo, compreende-se que uma vida plena de sentido não é caracterizada pela sua duração, mas antes pelo seu conteúdo, ou seja, o “como”, por meio das decisões tomadas frente às imposições do destino. Desta forma, cabe à pessoa responsabilizar-se pela sua tomada de posição – escolha -, diante das possibilidades que a vida lhe apresenta (Frankl, 2019b). Essa reflexão fica salientada, no trecho do livro, onde Arantes (2019, p. 176), relata:

“O que você viveu” não é tão importante quanto pensar em “como” você viveu ou “para que” você viveu. Um dos aprendizados mais fortes nesse meu trabalho cuidando de pessoas em sua terminalidade é justamente não responder um “porquê”, mas um “para quê”. O “porquê” evoca motivos passados e o “para quê” nos lança para o futuro”.

As possibilidades são transitórias, mas assim que as realizamos, ficam armazenadas no passado e fazem parte do nosso “arquivo” eterno. Desta forma, “a transitoriedade da nossa existência não a torna, de forma nenhuma, sem sentido. Ela constitui, na verdade, a nossa responsabilidade, pois agora tudo depende de realizarmos também as possibilidades (transitórias)” (Frankl, 1991, p. 72). Devendo, então, o ser humano conscientizar-se enquanto ser livre para algo e responsável por algo. Frente esta perspectiva, Ana Claudia Quintana Arantes (2019), declara:

“A pessoa que morre não leva consigo a história de vida que compartilhou com aqueles que conviveram com ela e para quem se tornou importante ao longo de sua vida. Não existe a possibilidade de haver uma morte absoluta, de desintegração de todas as dimensões de um ser humano cuja existência teve algum sentido na vida de outros seres humanos. Quando a morte acontece, ela só diz respeito ao corpo físico” (Arantes, 2019, p. 177).

Assim, como a Logoterapia ressalta o sofrimento inevitável como uma oportunidade de encontrar e realizar sentido, por meio da atitude que a pessoa adota em determinadas circunstâncias (Frankl, 2019a), Arantes apresenta em sua obra um trecho que compartilha dessa compreensão “O sofrimento pode ser o gatilho da sua transformação como ser humano” (Arantes, 2019, p. 124).

Já na mesma página, o trecho “O fim da vida é uma experiência que tem grande poder de transcendência” (p. 124), evidencia a importância de destacar o termo transcendência como sendo compreendido por meio do viés religioso, diferenciando-se da terminologia da Logoterapia, “autotranscendência” que se fundamenta na potencialidade de abertura essencial do ser humano ao mundo, dirigindo-se a algo ou alguém, distanciando-se de si mesmo, um ato autenticamente humano (Frankl, 2019c). Lançando-se inversamente ao reducionismo,

“sub-humanismo” que não considera a dimensão noológica como condição antropológica do ser, que busca o sentido da vida (Frankl, 2011).

Contudo, Frankl (2019a) destaca que buscar o sentido da vida, no contexto essencial da existência, traz à tona, coloca em relevo a finitude do homem, pois essa busca de sentido baseia-se no caráter irreversível, referindo-se à responsabilidade que o homem tem pela vida na temporalidade, por uma vida que só se vive uma vez, assim, correlaciona-se com o trecho do livro:

“O respeito pela morte traz equilíbrio e harmonia nas escolhas. Não traz imortalidade física, mas possibilita a experiência consciente de uma vida que vale a pena ser vivida, mesmo que tenha sofrimentos aliviados, tristezas superadas por alegrias, tempo de beber para celebrar, de fumar para refletir, de trabalhar para realizar-se. Mas tudo na medida boa, na medida leve”. (Arantes, 2019, p. 58).

Complementando o trecho:

“A pessoa que morre está nua, liberta de todas as vestes físicas, emocionais, sociais, familiares e espirituais (...) Esse “não saber” de tempo nos traz a possibilidade de vivenciar o momento presente. Ele nos traz a oportunidade de experimentar a plenitude (...) A morte, do outro ou nossa, será uma rara, ou até única, experiência de estarmos verdadeiramente presentes na nossa vida”. (Arantes, 2019, p. 91).

Apesar do doente estar voltado à morte eminente, não se deve privá-lo da oportunidade de refletir sobre a sua própria morte, na possibilidade de preencher a sua existência de sentido até mesmo no último suspiro de vida, ainda que se norteie apenas em realizar valores de atitude, como uma tomada de decisão diante ao sofrimento inevitável, pois o sentido último pode vir através da morte, mas também na própria morte (Frankl, 2019a). Confirmando esta perspectiva, Arantes (2019), declara:

“Saber perder é a arte de quem conseguiu viver plenamente o que ganhou um dia (...) É saber que o que foi vivido de bom naquela realidade não será esquecido. É a certeza de que fizemos a diferença naquele tempo que termina para a nossa história, deixando um legado, uma marca que transformou aquela pessoa ou aquela realidade que agora ficará fora de sua vida” (p. 156).

## CONCLUSÃO

Apesar da complexidade em abordar-se fenômenos de caráter especificamente humanos, como a morte e o morrer, o estudo em questão alcançou os objetivos previamente propostos, os quais envolviam analisar a possibilidade de realização de sentido diante da morte eminente, bem como identificar os conceitos de liberdade e responsabilidade humana e os valores de atitude presentes diante da finitude e da temporalidade, condições constitutivas do sentido da vida diante a morte.

A Logoterapia e Análise Existencial, que destaca a possibilidade de realização de sentido até mesmo nos momentos de sofrimento e morte e que convoca o homem a posicionar-se diante da vida e das condições que lhe são impostas, corrobora com os conteúdos trazidos por Ana Claudia Quintana Arantes, que reconhece a necessidade de abordarmos temáticas sobre a morte e morrer e propõe a necessidade de uma conscientização perante este tema, pois há necessidade de trazer à sociedade maior compreensão sobre a finitude, condição esta que faz parte do desenvolvimento humano, devendo ser acolhido e vivido de forma autêntica.

A compreensão da temporalidade da vida e consciência perante a finitude não impossibilita o homem de posicionar-se e buscar um sentido para sua vida, como seres humanos sujeitos à liberdade e à responsabilidade diante a sua própria existência. Essa capacidade, de transformar uma tragédia em um triunfo, é uma capacidade unicamente humana e supõe que o ser humano é um ser capaz de responder a vida, dizer um sim, apesar das adversidades. Esse potencial, de encontrar o sentido ao realizar valores, concretiza-se unicamente em suas potencialidades ao manifestar-se enquanto um ser humano-espiritual, não estando fechado em si mesmo.

A manifestação da capacidade exclusivamente humana da consciência, convoca do ser a responsabilidade diante a vida, autotranscendendo a si mesmo, agindo no mundo e modificando-se a si mesmo, frente as situações inalteráveis da vida.

Assim, a obra "A morte é um dia que vale a pena viver" traz a importância de compreender o Ser em sua totalidade, como um Ser biopsiconoético, perpassando o reducionismo que recorta o ser da dimensão mais elevada da existência humana a dimensão espiritual.

Os cuidados paliativos discorrido no livro de Arantes promoveu um esclarecimento real do manejo médico que possibilita qualidade de vida dos pacientes e seus familiares por meio de prevenção e alívio do sofrimento, permitindo que essas pessoas envolvidas possam entrar em contato com a consciência acerca da finitude humana, juntamente a condições de

sofrimento, nota-se a possibilidade de encontrar sentido por meio das realizações de valores ao distanciarem de si mesmo, transformando o desespero num triunfo humano.

O entrelaçamento de obras literárias e/ou estudos de caso com a Análise Existencial e Logoterapia convocam as indagações que permeiam a existência humana, incentivando, também o desenvolvimento científico, principalmente em relação ao sentido da vida.

## REFERÊNCIA

- Aquino, T. A. A. (2013). *Logoterapia e Análise Existencial: uma introdução ao pensamento de Viktor Frankl*. São Paulo: Paulus.
- Bardin, L. (2011). *Análise de Conteúdo*. São Paulo: Livraria Martins Fontes.
- Correa, D. A., & Rodrigues, C. M. D. (2013). Finitude e sentido da vida: do torpor à tarefa. *Revista da Associação Brasileira e Análise Existencial*, v.2, n.1, p.37-46. Acesso em 06 de outubro de 2022 de <https://periodicos.ufpb.br/index.php/le/article/view/15915/10038>.
- Frankl, V. E. (1991). *A Psicoterapia na prática*. São Paulo: Papirus.
- Frankl, V. E. (2005). *Um sentido para a vida: psicoterapia e humanismo*. São Paulo: Ideias & Letras.
- Frankl, V. E. (2011). *A vontade de sentido: fundamentos e aplicações da logoterapia*. São Paulo: Paulus.
- Frankl, V. E. (2015). *O sofrimento de uma vida sem sentido: caminhos para encontrar a razão de viver*. ed.1, São Paulo: É Realizações.
- Frankl, V. E. (2019a). *Psicoterapia e sentido da vida*. ed.7, São Paulo: Quadrante.
- Frankl, V. E. (2019b). *Um sentido para vida: Psicoterapia e Humanismo*. São Paulo: Ideias & Letras.
- Frankl, V. E. (2019c). *O sofrimento humano: Fundamentos Antropológicos da Psicoterapia*. São Paulo: Ideias & Letras.
- Frankl, V. E. (2021). *A falta de sentido: um desafio para a psicoterapia e a filosofia*. Campinas: Editora Auster.
- Herrera, G. P. (2021). *Viktor Frankl: comunicação e resistência*. São José dos Campos: Busca de Sentido.
- Martins Filho, J. R. F. (2016). Morte e finitude na filosofia de Martin Heidegger: uma intuição de sein und zeit ao pensamento da história do ser. Bahia, *Revista de Filosofia*, v.13, n.1, p. 238-256. Acesso em 06 de outubro de 2022 de <https://www3.ufrb.edu.br/seer/index.php/griot/article/view/687/403>.
- Serralta, F. B., Nunes, M. L. T. & Eizirik, C. L. (2011). Considerações metodológicas sobre o estudo de caso na pesquisa em psicoterapia. *Estudo de Psicologia*, Campinas, v.28, n.4, p.501-510. Acesso em 06 de outubro de 2022 de <https://www.scielo.br/j/estpsi/a/8TwbZFMmG4dMWjWccN3RM3d/abstract/?lang=pt>.
- World Health Organization (2021). *Quality health services and palliative care: practical approaches and resources to support policy, strategy and practice*. Geneva.