

# **A CONTRIBUIÇÃO DA LOGOTERAPIA NO ATRAVESSAMENTO DO LUTO**

## **THE CONTRIBUTION OF LOGOTHERAPY IN GOING THROUGH GRIEF**

**Pós-Graduação Especialização em Logoterapia e Análise Existencial**

**Clínica FACSETE – Sete Lagoas**

**Fernanda de Freitas Dias<sup>1</sup>**

**Hélia Regina Caixeta<sup>2</sup>**

**Francisca Zubicueta<sup>3</sup>**

**Solange Freitas<sup>4</sup>**

### **Resumo**

Todo ser humano inevitavelmente não escapará da sua finitude, pois é um processo biológico natural. Nessa mesma perspectiva, em algum momento, irá se deparar com a morte de um ente querido. São situações que podem trazer questionamentos pelo enlutado de como confrontar a morte e a dor. Diante dessa indagação, este estudo pretende apresentar as contribuições da Logoterapia e Análise Existencial sobre a finitude da vida e sobre o enfrentamento do luto.

Essa reflexão será através de uma revisão integrativa de literatura, sob enfoque qualitativo. A partir da leitura das principais obras de autoria de Viktor Frankl, constata-se que mesmo diante das situações limites da vida é possível encontrar sentido e superar a dor.

Palavras-chave: luto; sofrimento; finitude; sentido

### ***Abstrat***

Every human being will inevitably not escape its finitude, as it is a natural biological process. From this same perspective, at some point, you will face the death of a loved one. These are situations that can raise questions for the bereaved about how to confront death and pain. Faced with this question. This study intends to present the contributions of Logotherapy and Existential Analysis on the finitude of life and on coping with grief, this reflection will be through an integrative literature review, under a qualitative approach. From the reading of the main works by Victor Frankl, it appears that even in the face of life's limiting situations it is possible to find meaning and overcome pain.

*Keywords: mourning; suffering; finitude; meaning*

<sup>1</sup> autor [fernandadiaspsico@yahoo.com.br](mailto:fernandadiaspsico@yahoo.com.br)

<sup>2</sup> autor [heliacaixetapsi@gmail.com](mailto:heliacaixetapsi@gmail.com)

<sup>3</sup> orientador [franciscapcruz@hotmail.com](mailto:franciscapcruz@hotmail.com)

<sup>4</sup> orientador [nucleomineirodelogoterapia@gmail.com](mailto:nucleomineirodelogoterapia@gmail.com)

2

## **Introdução**

O tema morte tem sido estudado tanto pela filosofia como pela psicologia, ao longo dos tempos. O interesse por essa reflexão perpassa pelo fato de que a consciência funciona através do estabelecimento de contrastes. Assim, a morte funciona como contraste no sentido de que eleva plenamente a vida (Oliveros e Kroeff, 2014). Quanto mais se tem consciência sobre a finitude, mais deveria estimular o homem na busca do melhor aproveitamento de sua vida.

A morte como fim de todas as possibilidades, também é importante para a psicoterapia em geral por que é uma fonte primária da angústia necessária para impulsionar o desenvolvimento de atitudes diante de incômodos, contribuindo no exercício do poder de decisão, uma vez que ser homem é ser- consciente e ser- responsável (Frankl, 2019b citado por Oliveros e Kroeff, 2014).

Embora a morte seja uma facticidade, e ter consciência reflexiva sobre esse fato possa gerar incômodos desagradáveis e até disfuncionais, ao dar-se conta da própria morte (autoconsciência) como também a dos entes queridos, condição a qual ninguém escapará, é possível enfrentar esse sofrimento como oportunidade de superar interiormente o destino, transpondo-o do campo factual para o campo existencial (Frankl, 2019b, p.301).

A morte de um ente amado, além de mobilizar diversos sentimentos, tende a desorganizar o potencial de enfrentamento do enlutado diante da perda, subtraindo dele a segurança e o conforto da vida cotidiana, e provocando uma ruptura do único mundo que o indivíduo conhece e se reconhece, incluindo tudo o que ele sabe ou pensa saber.

Parkes (1998) compreende que o processo de luto é uma condição dinâmica e não linear, que não culmina no estado anterior do luto, e que tal condição favorece uma vulnerabilidade psíquica e desafiadora da adaptação após a perda. Desafiadora porque envolve uma transformação da percepção de si e do mundo à sua volta.

A visão antropológica do ser humano diante do sofrimento inevitável, apresentada pela Logoterapia, entende que “o indivíduo que sofre não é capaz de plasmar seu destino exteriormente, mas justamente o sofrimento lhe oferece a oportunidade de superar interiormente o destino” (Frankl, 2019b, p. 301). Ressalta aqui a dimensão espiritual que se liga, não necessariamente a aspectos religiosos, mas à autotranscendência, como possibilidade de ir ao que há de mais alto no ser humano, ir além dele mesmo, distanciando de determinações biopsíquico social, pois “assim que se transporta o fato para o nível mais alto, coloca-se a própria vida num nível mais alto. O que quer dizer crescimento”(Frankl, 2019b p.302).

3

A Logoterapia é uma contribuição aos fundamentos antropológicos da psicoterapia, de perspectiva aberta e integradora, que se enriquece com as vivências plenas de sentido dos momentos biográficos do seu criador, Viktor Emil Frankl (Oliveros; Kroeff, 2014). Ele experienciou momentos cruciais da sua vida nos campos de concentração, situação que provocava constante autoconsciência da própria morte bem como dos familiares, principalmente em relação a sua querida esposa.

Segundo Frankl (2008), o que o mantinha vivo e com forças para suportar todas as provações e os lutos que estava vivendo, e ter esperança no futuro, foi a consciência adquirida de que a vida tinha um sentido em qualquer circunstância, inclusive no sofrimento. Conforme o que ele mesmo disse: “O que nos importava era o objetivo da vida naquela totalidade que incluiu a morte e assim não somente atribui sentido à ‘vida’, mas também ao sofrimento e à morte” (Frankl, 2008).

Conforme Frankl(2019a),mesmo em meio ao sofrimento, temos a liberdade de escolher realizar ou não o valor que pode proporcionar o encontro de sentido em cada situação. E esse sentido nos dá esperança e coragem para passar por momentos de sofrimento, nos ajudando a lidar melhor com eles e até mesmo a superá-los.

Assim, segundo a Logoterapia, a consciência da morte (própria e de outros) permite ter uma vida que inclui crescimento, responsabilidade, temporalidade. “A finitude nos chama a um exercício pleno de liberdade e responsabilidade” (Frankl, 2019a, p.144).

Com base no exposto, este artigo tem como objetivo,sob enfoque qualitativo, apresentar reflexões que podem ajudar o enlutado a confrontar a morte e a dor de modo a experimentar o sofrimento, dignamente, através da perspectiva da Logoterapia.

## **Método**

Este estudo refere-se a uma revisão integrativa de literatura com abordagem qualitativa. O propósito inicial deste método de pesquisa é obter o entendimento de um determinado fenômeno de forma abrangente, sistemática e ordenada, baseando-se em estudos anteriores, por uma área particular de estudo.

Para elaboração desta revisão serão utilizadas seis etapas distintas, a saber: estabelecimento do problema da revisão – elaboração da pergunta norteadora, estabelecimento de descritores, critérios para inclusão e exclusão de obras; amostragem (seleção dos livros); categorização dos estudos; definição das informações a serem extraídas

4

das obras revisadas, análise e discussão, apresentação da revisão integrativa. Através deste método pretende -se responder a seguinte questão: Como a Logoterapia contribui no processo de enfrentamento e refazimento do enlutado?

Para esse estudo foi realizada leitura de livros de autoria de Viktor Frankl sobre Logoterapia, assim como de autores que dialogam com a abordagem que fizeram citações do autor sobre a temática delimitada nos seus livros publicados. A escolha das obras foi direcionada também àquelas já traduzidas para o português a fim de facilitar na leitura. Muitas obras

utilizadas passaram por novas edições, mas sem comprometimento na fidedignidade da compreensão.

Foi realizada uma leitura flutuante das principais obras, levando em conta o título, subtítulo, capítulos, resumos, sobre o referencial teórico da Logoterapia, delimitando ao aprofundamento da leitura dos capítulos mais relevantes destinados à finitude, sofrimento, luto e valores de atitude.

As obras escolhidas ao todo foram doze, entre as quais seis foram de autoria de Viktor Frankl e as outras seis de autores relevantes que abordam também a temática proposta, embora alguns deles não utilizam a mesma visão antropológica da Logoterapia, mas foram citados por autores logoterapeutas dentro desse contexto.

Quanto aos critérios de exclusão, foram evitadas as obras escritas em outros idiomas (devido limitação da revisora) e de pouca relevância para a construção da temática deste estudo.

## **Revisão de Literatura**

A princípio a intenção deste estudo seria delimitar alguns temas que apresentassem coerência com a pergunta norteadora, mas ao longo desta elaboração, ao realizar leituras mais sistemáticas, percebeu-se a necessidade de ampliar os critérios temáticos para atingir melhor os objetivos iniciais. Assim seguem os conceitos principais da visão de homem e sua Ontologia Dimensional apresentadas pela Logoterapia colaborando juntamente com os descritores preestabelecidos.

Como o viés deste trabalho perpassa pela abordagem qualitativa, os resultados serão disponibilizados através dos conceitos e reflexões obtidos através do estudo das obras supracitadas.

5

## **A Visão de Homem em Frankl e sua Ontologia Dimensional**

O ser humano está submetido as disposições e condições sob três formas de destino: biológico, sociológico e psicológico, assim ele é constituído de corpo e alma e capaz de interagir socialmente. Segundo a Logoterapia, o homem é dotado de corpo e alma, mas ele é espírito, como também pode-se dizer que o corpo e alma o possui, uma vez que o homem é condicionado, o contrário acontece somente na medida em que ele é espírito (Frankl, 2019a).

De acordo com Frankl, quando o ser humano se depara com situações limite, as quais o confrontam com a finitude da vida, podem surgir questionamentos que transcendem as explicações biológicas, psicológicas e sociais, surgindo a necessária compreensão da pessoa espiritual.

O que significa “o homem é espírito? Pode-se encontrar esse pressuposto dentro dos princípios da Logoterapia, e de antemão, deve-se dizer que não pode se equivaler a pessoa espiritual à religiosidade ou teologia. (Oliveros; Kroeff, 2014).

Trata-se da dimensão noológica, conceituação antropológica, referente ao que é especificamente humano, entendida como centro dinâmico, que escapa às tentativas do reducionismo, entendendo o homem como ser livre e responsável (Frankl, 1990). O que há de singular no homem para além dos seus condicionamentos, “da sua constituição básica, do meio ambiente e da hereditariedade” é sua dimensão noética, em cujo espaço encontra-se a liberdade espiritual humana, capacidade que “o eleva e o projeta além de suas contingências”

(Frankl, 2019b p.168).

O homem é condicionado no seu ser corpóreo, pois não lhe cabe escolher sua estrutura biológica, uma vez que foram seus pais quem determinaram seu existir, mesmo os pais estando nessa posição, não lhes competem determinar o “ser assim”, “o como ser” dos filhos (Frankl, 2019b p.169).

O “ser-assim”, como ser espiritual é compreendido não no sentido biológico e sim biográfico, considerando que a vida de um homem é a sua própria obra e que sua existência espiritual é intransmissível. Assim, os pais podem transmitir caracteres físicos, e possibilitar experiências emocionais, mas nunca a liberdade espiritual. O que eterniza a existência humana são suas ações e produções. Esse caminho se descortina individualmente, mas nunca de forma isolada, pois a autorrealização não acontece sem outra existência (Frankl, 2019b, p.169).

Remetendo às distinções dos aspectos físicos, psíquicos e espiritual, não podemos concluir tais elementos como partes separadas, uma vez que o homem é um ser indivisível, pois

6

sua essência é “una, total e nova”. Na medida em que o homem é espírito, existe como pessoa. Sua dimensão espiritual une todas as partes. E a pessoa espiritual é acionada pela autotranscendência, pelo sentido (Frankl, 2019b, p.175). Mediante esses pressupostos, constata-se a afirmativa de que “O homem é apenas condicionado, mas não constituído, apenas possibilitado, mas não criado pelo psicofísico”. Ele não é determinado, mas tem a capacidade de se determinar diante da sua realidade, ele decide o que é.

De acordo com Frankl, a pessoa espiritual permanece íntegra e indestrutível mesmo diante de situações limites. O espírito pessoal não é afetado pela doença, o que quer dizer que a expressão do espiritual (noético) ultrapassa a barreira física e mesmo temporal. Embora a dimensão noética possa sofrer restrições biopsíquicas, o espiritual vai ter sua expressão emparedada, mas ainda assim se mantém livre para escolher suas atitudes diante de situações aparentemente determinantes e diante do sofrimento encontrar sentido, pois apresenta “poder de decisão” (Frankl, 2019a, p.164).

### **A Visão do Sofrimento na Logoterapia e Análise Existencial**

Não é apropriado ao homem ir em busca constante pelo sofrimento, simplesmente por

persegui-lo. Segundo Frankl, seria masoquismo, sem finalidade benéfica. É verdade que há sentido no sofrimento, mas só compreender que o sofrimento é portador de um sentido não é suficiente para o encontro desse sentido; ele precisa ser descoberto, pois só assim é possível ao homem nivelar a dor a “amor por”, transcendendo o sofrimento (Frankl, 2019b).

A Logoterapia apresenta de forma singular a dimensão humana e apresenta os fenômenos especificamente humanos, como a autotranscendência, característica constitutiva que permite o homem sair de si mesmo, segundo Frankl, (2019c):

A autotranscendência realça o fato antropológico fundamental de que a existência humana sempre se refere a algo que não é ela mesma – a algo ou a alguém, ou seja, a um sentido que cabe realizar ou a outra existência humana com que se encontra. Assim, o ser humano somente se torna realmente humano e inteiramente ele mesmo quando é absorvido pela entrega a uma tarefa, quando não vê a si mesmo, esqueci de si mesmo no serviço a uma causa ou no amor a uma outra pessoa. (p.22)

A vida convoca o homem a dar uma resposta diante da sua realidade. Segundo Frankl o

7

homem é livre e responsável para fazer suas escolhas em relação ao que deseja fazer com sua existência. A forma de responder a esse chamado é mediante a realização dos valores. Assim quando “o homem realiza valores, está cumprindo o sentido da sua existência”. Os valores podem ser realizados de três modos distintos:

Através dos valores de criação, criando algo, o mundo, por exemplo; nos valores vivenciais, experimentando algo, como seja, abrindo-nos para o mundo, para a beleza e a verdade da vida; finalmente nos valores de atitude, sofrendo, sofrendo a existência, o destino. (Frankl,2019b, p.296)

Dentre os valores, o que mais se destaca quando se fala em sofrimento, são os valores atitudinais. Em virtude dos valores de atitude, a vida sempre poderá ter um sentido, até mesmo nas dificuldades que se apresentam como limites. Para realizar valores atitudinais é preciso ter capacidade de sofrer digna e bravamente, e isso não se recebe de graça, exige um esforço, demanda ser conquistado por meio do próprio sofrimento. “A capacidade para o sofrimento, todavia, deve o homem adquirir por si mesmo; tem que padecê-la primeiro para si”. Ou seja, aprende sofrer com dignidade, sofrendo, por uma conquista pessoal (Frankl, 2019a, p.192).

Na mesma perspectiva, considera-se que o homem é livre diante da realização dos valores atitudinais. Sua liberdade atravessa suas condições e circunstâncias na superação

interna de seu destino, quando assim encara o sofrimento de forma reta e digna. A pessoa humana livre, em sua dimensão noética não se intimida diante das circunstâncias, até o último instante (Frankl, 2019a).

Outra premissa é de que todos nós vamos passar, em algum momento, pela Tríade trágica da existência humana: o sofrimento, a culpa e a morte, afinal, "não há um único ser humano que possa dizer que jamais sofreu, que jamais falhou e que não morrerá" (Frankl, 2011, p. 94). E até nesses momentos, o sentido, que permanece no mundo aguardando ser encontrado, precisa ser realizado através de ações que se tornam realidade, pela concretização de um valor de atitude perante um sofrimento inevitável da vida.

A vida é um morrer constante, uma vez que cada momento a existência transcorre e se extingue, como numa contagem regressiva. Esse fato sobre a transitoriedade do homem deveria provocá-lo a tirar o máximo de proveito possível de cada instante. Não há tempo a perder, pois em cada instante há potencial para realizar o sentido. De acordo com Frankl (2019), "não é a transitoriedade um chamado à responsabilidade?"

Portanto, por meio desses aspectos considerados negativos poder-se-á encontrar um

8

sentido pleno, que favoreça a compreensão do sofrimento como potencial transformador, num entendimento de que se não fosse pelo sofrimento, não teríamos encontrado um sentido mais elevado. Esse "otimismo trágico", converte assim, o sofrimento em realização, a culpa em mudança e a morte em um estímulo para a ação responsável. Considera-se que na presença dos aspectos trágicos da existência humana, de maneira equivalente, existe a possibilidade de tirar o melhor partido disso.

Atribui-se às possibilidades de realização de um sentido como efêmeras, mas uma vez realizadas, são consideradas definitivas. Assim, uma vez transformada uma possibilidade em uma realidade, ela permanece salva. Assegura-se que no passado nada que tenha sido consumado se perde, tudo se conserva, e é guardado e preservado dos efeitos da transitoriedade. Declara-se que nada e nem ninguém pode extinguir ou desfazer o que já passou.

Sofrer dignamente significa agir e amadurecer, possibilitando ao homem confirmar uma liberdade interior, independente da sua condição externa, porque ela sempre esteve nele. O caminho do amadurecimento culmina na verdade mais própria sobre si mesmo e sobre o mundo ao redor. O sofrimento pode transformar o homem de tal maneira que ele passa a ver a si mesmo, ao outro e o mundo circundante de forma mais honesta e transparente. À medida que escolhe confrontar o sofrimento e não fugir dele, consegue realizar-se a si mesmo como

pessoa, mais do que um simples animal, condicionado, sob os próprios instintos. A liberdade interior o eleva e o sofrimento lhe oferece a oportunidade de superar interiormente o destino (Frankl, 2019b).

Diante do abismo, o homem constata o fato de que “a estrutura da vida é trágica” e sua essência é “ser um sofredor – homo patiens”. Não é pelo viés do pessimismo, é uma contemplação simples e pura da verdade. Mas somente chega a essa evidência, o homem que já superou a si mesmo, que já elevou a sua dor através do enfrentamento. A verdade orientadora tem a função de libertar e de esclarecer que não se trata apenas da verdade individual, mas a verdade comum de todos (Frankl, 2019b).

Frankl em sua obra intitulada *O sofrimento humano: fundamentos antropológicos da Psicoterapia* (2019b), fala de um poema para ilustrar essa explanação citando o autor Dehmelt:

Há um poço que se chama  
sofrimento; Dele emana a pura  
aventurança;  
Quem dele apenas  
vê o fundo, Fica  
espantado.  
Vê no mais fundo do poço  
Sua imagem luminosa rodeada  
de noite. Oh! Bebe! E a  
imagem se esvanece.

9

Brota a luz. (p.303)

Sofrer é uma condição existencial, mas o homem, desde sempre busca fugir do sofrimento, camuflar a dor e esquivar do fato de que esta trata-se de uma realidade humana. Dessa forma, o homem que estava sofrendo indignamente, vivendo pela metade, afastado daquilo que lhe torna verdadeiramente humano e capaz de elevá-lo a um sincero amadurecimento. Enfrentar o sofrimento dignamente, eis a chave da questão.

### **Contribuições da Logoterapia e Análise Existencial sobre a finitude da vida**

Sob o ponto de vista biológico, a morte faz parte de um processo natural do ser vivo. Cada cultura e contexto histórico constrói seus simbolismos próprios a respeito da finitude da vida, para o qual atribui valores e significados. A morte por ser inevitável é destino certo para todos, apesar de pouco se falar a respeito dela, não há possibilidade de se isentar dessa realidade. Segundo Frankl (2019b), não é possível separar a morte da vida, pois a morte faz parte dela.

Um dos temores latentes do ser humano é o medo da morte, talvez por se fixar na morte como fim em si mesma e não conseguir vislumbrar nada ao redor. No século XVII, o filósofo François de La Rochefoucauld citado por Irvin Yalom (2008) afirmou que: nem o sol nem a morte podem ser olhados fixamente, significando que a morte encarada fixamente assim como olhar para o sol diretamente, causaria uma cegueira, distrairia ou diminuiria ao homem sua capacidade de “enxergar” a vida na sua inteireza.

Segundo a Logoterapia, o essencial não é a duração da vida, mas sua plenitude de sentido. Uma vida breve pode ser muito relevante e uma longa, durar, mas privada de sentido. Revela que se não existisse a morte, não teria sentido uma vida infundável. Estender o cronômetro, levaria o homem a adiar tudo e não haveria urgência em realizar algo no hoje, deixaria sempre para amanhã, se eximiria da sua responsabilidade. Esse deixar para depois não o impulsionaria a aproveitar o momento presente para realizar valores e ocupar-se do sentido da vida (Frankl, 2019b, p.308).

Aceitar a verdade de que o tempo transcorre, e compreender que o acontecimento vivido se solidifica em forma de história, e que nada que já aconteceu ou se criou poderá ser exterminado, são premissas que apaziguam o medo da finitude da vida, pois o essencial é eternizado nas obras, ainda que inacabadas, mas já iniciadas repletas de sentido.

Assim, nada nem ninguém poderá privar o ser humano daquilo que ele experimentou, pois nada está decisivamente perdido no passado, tudo encontra-se ileso, por

10

tanto, não se deve ter receio de que se perca.

Ao se expor sobre a temática da finitude da vida, faz-se adequado acrescentar nessa reflexão sobre o amor, também muito discorrido nas obras de Frankl. Segundo ele o amor se opõe a morte. Afirma que o amor, quando verdadeiro, é sempre amor de pessoa para pessoa, o ser torna-se pessoa devido sua dimensão espiritual, logo o amor é compartilhado de espírito para espírito. “Não é o meu organismo que ama outro, mas o eu que ama tu” (Frankl,2019b).

Desse modo, e só por isso, o amor pode sobreviver além da finitude de um organismo e a morte do ser amado, pois a pessoa que ama se direciona ao outro além das impressões sensoriais, mesmo que seja através dela. Quem ama não se contenta somente com a corporeidade do ente amado, por isso pode ultrapassar também a morte desse outro (Frankl, 2019a).

O sofrimento dotado de sentido é um autêntico sacrifício. A influência do sacrifício munida de sentido pode abarcar toda uma vida. O sacrifício é capaz de preencher com

sentido mesmo a morte, em contrapartida o instinto de conservação não consegue ao menos dar um sentido à vida.

### **O luto na concepção da Logoterapia**

Considera-se que a Logoterapia, cujo campo de interesse é a dimensão noética/espiritual, apresenta um fundamento teórico mais apropriado para compreender as manifestações clínicas relativas à dificuldade na elaboração, e as possíveis consequências adaptativas e ou desadaptativas relacionadas ao luto (Oliveros; Kroeff, 2014). A Logoterapia, com sua visão de mundo e de homem diante do sofrimento inevitável, favorece nossa atuação clínica de forma a prevenir as consequências patológicas do luto complicado, uma vez que o resgate do sentido da vida e do próprio sofrimento é o que favorece o enfrentamento da perda e a continuidade da vida.

O próprio Viktor Frankl, ao narrar suas experiências de perdas tão estruturantes como a morte de seus pais, esposa e irmão, enquanto era prisioneiro nos campos de concentração, reforça que o que o mantinha vivo e capaz de suportar todas as agruras sofridas, sem perder a esperança no futuro, foi dar sentido à sua história. Segundo ele, “o que nos importava era o objetivo da vida naquela totalidade que incluiu a morte e assim não somente atribuí sentido à ‘vida’, mas também ao sofrimento e à morte. Este era o sentido pelo qual estávamos lutando!” (Frankl, 2008, p.49)

11

A perda de alguém querido, afeta nosso mundo tal como o conhecemos, e como nos vemos nele, de maneira tal que não será possível que ele continue da mesma forma depois da morte da pessoa. Por causa disso, ocorrem mudanças importantes na vida do enlutado, nos aspectos biopsíquico e social, que são vividas e superadas mediante a força desafiadora do espírito que convoca o indivíduo a ultrapassar limites inimagináveis, e que permite um bom enfrentamento da perda. Essa capacidade humana de se elevar sobre o sofrimento, assim como sobre os condicionamentos biopsíquicos e circunstâncias sociais, é chamada antagonismo noopsíquico, e é um movimento que apenas o espírito é capaz de realizar (Freitas, 2017).

As formas mais adaptativas de elaboração do luto são aquelas que reconhecem que a resolução não resulta na desvinculação definitiva, pois entende-se que o vínculo auxilia na elaboração de um novo e mais profundo significado, a própria vida, e compreende que cada

um traz uma narrativa particular relacionada ao enfrentamento da perda (Oliveros; Kroeff, 2014).

É pertinente fazer menção a um fato narrado por Frankl (2008) em que ele relata em detalhes sua experiência pessoal no campo de concentração, destacando o instante em que teve uma dúvida se sua esposa estaria viva ou não, e não teria nem como verificar, pois o casal foi colocado em campos de concentração distintos. Depois de pensar a respeito ele chega a uma premissa de que “o amor é capaz de transcender à pessoa física do ser amado e encontra seu significado mais profundo em seu próprio espírito, em seu íntimo”. Se sua esposa estava viva ou não, não diminuiria nem alteraria a força do seu amor por ela.

Ainda falando sobre o amor que é forte como a morte, a Logoterapia considera que quando o luto é vivido como sacrifício, ter em mente que uma vez que o ser amado se foi primeiro, este foi poupado, significativamente do desgosto de sofrer o luto, sendo assim, o luto por alguém amado pode se transformar em sacrifício por amor a alguém (Frankl,2019b).

## **Discussão**

Serão abordados os assuntos que foram discutidos nos livros selecionados para esta revisão, para isso verificou-se a necessidade de apresentar a visão de homem e sua ontologia dimensional para apartir daí iniciar as reflexões a cerca do sofrimento humano e a finitude da vida. De fato esse rearranjo elucidou na compreensão da temática, pois os temas convergem com lógica.

Fica evidente o quanto os preceitos fundamentais apresentados por Frankl em suas obras que embasam a Logoterapia e Análise Existencial, e toda sua ontologia dimensional – biológica,

12

psíquica e espiritual – em especial a dimensão espiritual (noético), reafirmam a possibilidade de se encontrar sentido diante do sofrimento e de situações relacionadas com o final da vida, e o quanto a Logoterapia tem respaldo para contribuir no enfrentamento do luto de forma efetiva.

A Logoterapia apresenta concepções de que a consciência da finitude humana pode representar algo que dá sentido a existência humana e não algo que lhe tire o sentido de viver. Transita também pela forma que o homem se posiciona na vida, para além das suas condicionalidades e a forma que questiona sobre seu sofrer, pois ao invés de indagar o sentido

do sofrimento com seu porquê ele, apropriadamente vislumbrar um motivo para seguir, um para quê. (Oliveros; Kroeff, 2014).

Entende o ser humano como reflexo de suas obras, que se eternizam para além da finitude temporal do corpo. O enlutado a princípio pode não encontrar perspectivas por estar fixado na dor da perda, nesse momento não percebe que há um sentido velado. A clareza acontece aos poucos quando entende que há sofrimentos que são inevitáveis e diante destes, a ação a se tomar está na realização de valores, em especial os valores de atitude. Como demonstrado, durante este trabalho, é imprescindível ao ser humano, em algum momento da vida, passar pela Tríade Trágica e sua maneira de se posicionar fará a diferença, tendo em vista que o homem é dotado da “força desafiadora do espírito”, que lhe eleva acima do seu destino.

A partir disso, compreende-se que a pessoa é única e irrepetível, nunca existiu ou existirá igual, portanto, quem conheceu ou conviveu com a pessoa amada é um privilegiado e somente por isso já poderia ser grato e encontrar sentido na vida. A pessoa amada nunca deixará de sê-lo, uma vez que o amor pertence a dimensão espiritual do homem. O aprendizado deixado pelo ente que partiu se revela naquilo que deixou de singular, seja nas suas criações (artes, gastronomia etc.); no modo de falar único (princípios, dialetos); agir e realizar valores durante sua vida. Se a viveu de forma significativa e autotranscendente suas marcas repercutirão de geração em geração.

### **Considerações finais**

Este estudo teve como objetivo realizar uma revisão integrativa de literatura sobre a temática da finitude da vida e o enfrentamento do luto sob o enfoque da Logoterapia e Análise Existencial, através das principais obras de Viktor Frankl, objetivando apresentar a visão dessa abordagem para colaboração das reflexões destinadas as pessoas que estejam passando pelo enfrentamento do luto.

13

Analisando as obras utilizadas para este estudo percebe-se coerência na apresentação dos conceitos, uma vez que em todas elas, o autor apresentou reflexões a cerca da finitude da vida, utilizando do mesmo raciocínio teórico, garantindo clareza para que este estudo alcançasse a resposta para a pergunta norteadora. Assim também a partir deste estudo poderá suscitar e ou subsidiar outros novos estudos que tenham como objetivo ampliar essa reflexão, uma vez que essa temática não deixará de ser atual por se tratar de uma condição humana na

qual ninguém escapará.

Para além do contexto do enfrentamento do luto, a temática abordada abre espaço para contribuir a respeito da compreensão sobre o sofrimento humano de modo abrangente.

## Referências

- Bardin, L. (2016). *Análise de Conteúdo*. Tradução de Luis Antero Reto e Augusto Pinheiro. São Paulo: Edições 70.
- Frankl, V. E. (1990). *Psicoterapia para todos: uma psicoterapia coletiva para contrapor-se à neurose coletiva*. (A. E. ALLGAYIER, Trans.) (2 ed.). Petrópolis: Editora Vozes Limitada, p. 158.
- Frankl, V. E. (2008). *Em busca de sentido: um psicólogo no campo de concentração*. Vozes.Petrópolis. (2008), p. 49.
- Frankl, V. E. (2011). *A vontade de sentido: Fundamentos e aplicações da logoterapia*. (I. S. Pereira, Trans.) (1 ed.). São Paulo: Paulus Editora, f. 112, p. 94.
- Frankl, V. E. (2019a). *Psicoterapia e sentido da vida: fundamentos da logoterapia e análise existencial*. (A. M. de, Trans.) (7 ed.). São Paulo: Quadrante, p. 144, 164
- Frankl, V. E. (2019b). *O Sofrimento Humano: fundamentos Antropológicos da psicoterapia*. (R. B. KALENO, Trans.) (1 ed.). São Paulo: É Realizações, pp. 169-175-296-301-302-303- 308.
- Frankl, V. E (Org.). (2019c). *Psicoterapia na prática: uma introdução casuística para médicos*. (V. Schneider, Trans.) (5 ed.). Petrópolis: Vozes, p. 22.
- Freitas, M. L. S. (2017). *Afrontamento e superação de crises: Contribuições da Logoterapia*. Ribeirão Preto: IECVF.
- Oliveros, O. L (Org.), Kroeff, P (Org.). (2014). *Finitude e sentido da vida: a logoterapia no embate com a tríade trágica*. Porto Alegre. (Vol. 1e 2): Evangraf, p. 264.
- Parkes, C. M. (1998). *Luto: Estudos sobre a perda na vida adulta* (3 ed.). São Paulo: Summus.
- Yalom, I. D. (2008). *De frente para o sol: como superar o terror da morte*. (D. L. Schiller,Trans.). Rio de Janeiro: Agir Editora, f. 112, p. 224.

Mendes KDS, Silveira RCCP, Galvão CM. Revisão Integrativa: método de pesquisa para a

14

incorporação de evidências na saúde e na enfermagem. Texto Contexto Enferm. 2008.

15