UNIVERSIDADE FEDERAL DO MARANHÃO
CENTRO DE CIÊNCIAS HUMANAS
CURSO DE FILOSOFIA

CLÁUDIO VINÍCIUS ARAUJO FERREIRA

A LOGOTERAPIA DE VIKTOR FRANKL: O PAPEL DO SOFRIMENTO NA BUSCA HUMANA DE SENTIDO

SÃO LUÍS
2025

A LOGOTERAPIA DE VIKTOR FRANKL: O PAPEL DO SOFRIMENTO NA BUSCA HUMANA DE SENTIDO

Monografia apresentada como requisito parcial para a conclusão do Curso de Licenciatura em Filosofia da Universidade Federal do Maranhão.

Orientador: Prof. Dr. Aldir Carvalho Filho

SÃO LUÍS
2025

A LOGOTERAPIA DE VIKTOR FRANKL: O PAPEL DO SOFRIMENTO NA BUSCA HUMANA DE SENTIDO

Monografia apresentada como requisito parcial para a conclusão do Curso de Licenciatura em Filosofia da Universidade Federal do Maranhão.

Orientador: Prof. Dr. Aldir Araujo Carvalho Filho

Data da aprovação: ____/____/____

BANCA EXAMINADORA

_____

Prof. Dr. Aldir Araujo Carvalho Filho – DEFIL/UFMA
(Orientador)

_____

Profa. Dra. Maria Olília Serra – DEFIL/UFMA

_____

Prof. Dr. Flávio Luiz de Castro Freitas – PGCULT/UFMA

SÃO LUÍS
2025

Ficha gerada por meio do SIGAA/Biblioteca com dados fornecidos pelo(a) autor(a).
Diretoria Integrada de Bibliotecas/UFMA

Araujo Ferreira, Cláudio Vinícius.
A Logoterapia de Viktor Frankl: O Papel do Sofrimento na Busca Humana de Sentido / Cláudio Vinícius Araujo Ferreira. - 2025.
56 p.

Orientador(a): Aldir Araujo Carvalho Filho.
Monografia (Graduação) - Curso de Filosofia, Universidade Federal do Maranhão, São Luís, 2025.

1. Viktor Frankl. 2. Sofrimento. 3. Logoterapia. 4. Sentido. I. Carvalho Filho, Aldir Araujo. II. Título.

AGRADECIMENTOS

Em poucas palavras, expresso minha gratidão por tudo que recebi de forma generosa e que me guiou até a conclusão deste trabalho. Meu interesse pelos temas “sentido da vida” e “sofrimento” não surgiu de um único evento, mas da soma de experiências e encontros ao longo desta jornada. Antes de tudo, quero expressar minha mais profunda gratidão a Deus, que me sustentou e guiou durante toda esta caminhada acadêmica, dando-me forças nos momentos de incerteza e abrindo caminhos quando eu não consegui enxergá-los. Sei que esta jornada está apenas começando, e sou imensamente grato por cada passo dado até aqui.

A minha família, que são minha base e meu porto seguro: minha mãe, meu pai, meu irmão e minha irmã. Obrigado por estar sempre ao meu lado, me apoiando, incentivando e me dando forças para nunca desistir dos meus sonhos. Cada palavra de encorajamento, cada gesto de carinho e cada sacrifício feito por mim foram fundamentais para que eu chegasse até aqui. Amo profundamente cada um de vocês e sou eternamente grato por todo o amor, apoio e dedicação incondicionais!

Aos meus amigos, que foram muito mais do que companheiros de jornada, e sim meus verdadeiros pilares de apoio. E também aqueles que, por razões da vida, hoje estão distantes, mas que, em algum momento, fizeram parte desse caminho. Todos vocês foram essenciais, trazendo força, alegria e motivação para que eu continuasse, reacendendo em mim a chama do ensino e da pesquisa. Levo cada um de vocês no coração e desejo que nossa amizade perdure por toda a vida.

Ao meu orientador, Prof. Dr. Aldir Araujo Carvalho Filho minha sincera gratidão por acreditar no meu potencial e aceitar positivamente o desafio deste tema, embarcando comigo nessa jornada de pesquisa. Seu auxílio e orientação desde o início foram fundamentais para o desenvolvimento deste trabalho. Agradeço também a todos os professores que com dedicação, despertaram em mim o desejo de aprender e compartilhar conhecimento, gratidão.

“Temo somente uma coisa: não ser digno do meu tormento”.

Fiodor Dostoiévski

RESUMO

Na obra Em busca de sentido (1946), germinada desde suas experiências e estudos durante a Segunda Guerra Mundial (1939-1945), o pensador austríaco Viktor Frankl opera uma profunda análise existencial, filosófica e psicológica sobre "a necessidade que os homens têm de dar sentido à própria existência". Em particular, ele reflete sobre as imensas dificuldades implicadas na atribuição de sentido em situações trágicas, em que a vida parece se projetar sobre um abismo. Ele aplica a reflexão a si mesmo, ao ambientar a obra no momento mais delicado e traumático de sua própria história de vida: judeu capturado e levado pelos alemães para os campos de extermínio de Theresienstad, Auschwitz, Kaufering e Türkheim (Alemanha). Foi de dentro desse contexto que sua teoria "Logoterapia", se desenvolveu. Desde tais premissas, utilizou-se uma metodologia qualitativa, descritiva, de revisão bibliográfica, de Viktor Frankl, além de comentadores. No primeiro capítulo discutiu-se a antropologia frankliana e seus três princípios básicos da logoterapia: a liberdade de vontade, a vontade de sentido e o sentido da vida. No segundo capítulo tratou-se sobre o significado do sofrimento humano e no terceiro capítulo buscou-se apresentar as possíveis dificuldades ao compreender o pensamento da logoterapia e sua análise existencial na sociedade contemporânea. Os principais resultados obtidos foram que o sofrimento por mais que traga desconforto, pode ser uma possível alternativa para busca de sentido no esforço de "significar" esse sofrimento que a vida adquire o sentido buscado. Assim, a teoria que embasa a Logoterapia indica que até mesmo o sofrimento mais extremo pode ser uma oportunidade de crescimento e autoconhecimento, desde que seja encarado sob uma perspectiva significativa, que é uma "atitude" que permite ao vivente "encontrar sentido" ao atribuir uma espécie de contexto e fio-condutor à própria existência que atravessa provações extremas.

Palavras-chave: Viktor Frankl; Sofrimento; Logoterapia; Sentido.

ABSTRACT

In his work Man's Search for Meaning (1946), which emerged from his experiences and studies during the Second World War (1939-1945), the Austrian thinker Viktor Frankl conducts a profound existential, philosophical and psychological analysis of “the need that men have to give meaning to their own existence”. In particular, he reflects on the immense difficulties involved in attributing meaning in tragic situations, in which life seems to project itself over an abyss. He applies this reflection to himself, by setting the work in the most delicate and traumatic moment of his own life story: as a Jew captured and taken by the Germans to the extermination camps of Theresienstad, Auschwitz, Kaufering and Türkheim (Germany). It was within this context that his theory of “Logotherapy” was developed. Based on these premises, a qualitative, descriptive methodology of bibliographic review by Viktor Frankl and commentators was used. The first chapter discussed Franklian anthropology and its three basic principles of logotherapy: freedom of will, the will to meaning, and the meaning of life. The second chapter addressed the meaning of human suffering, and the third chapter sought to present the possible difficulties in understanding the thinking behind logotherapy and its existential analysis in contemporary society. The main results obtained were that suffering, no matter how uncomfortable it may be, can be a possible alternative for the search for meaning in the effort to “give meaning” to this suffering so that life acquires the desired meaning. Thus, the theory that underpins Logotherapy indicates that even the most extreme suffering can be an opportunity for growth and self-knowledge, as long as it is viewed from a meaningful perspective, which is an “attitude” that allows the living being to “find meaning” by attributing a kind of context and guiding thread to their own existence that goes through extreme trials.

Keywords: Viktor Frankl; Suffering; Logotherapy; Sense.

SUMÁRIO

1 INTRODUÇÃO.....10
2 ANTROPOLOGIA FILOSÓFICA DE VIKTOR FRANKL.....12
2.1 Os três princípios básicos da Logoterapia 18
2.1.1 A liberdade da vontade.....19
2.1.2 A vontade de sentido 20
2.1.3 O sentido da Vida.....22
3 O SIGNIFICADO DO SOFRIMENTO HUMANO 26
4 POSSÍVEIS DIFICULDADES AO COMPREENDER O PENSAMENTO DA LOGOTERAPIA E SUA ANÁLISE EXISTENCIAL NA SOCIEDADE CONTEMPORÂNEA 37
5 CONSIDERAÇÕES FINAIS.....50
REFERÊNCIAS 55

1 INTRODUÇÃO

Viktor Emil Frankl (1905 - 1997), médico psiquiatra, neurologista e doutor em filosofia, nasceu em 26 de março de 1905 na Áustria. Sua mãe, Elsa Lion, lhe deu à luz em uma tarde primaveril no segundo distrito de Viena, na Czerningasse, número 6, próximo à residência do psiquiatra Alfred Adler. Nascido em um ambiente judaico, seu pai, Gabriel Frankl, era um funcionário público e não se considerava um judeu tradicional, no qual esse pensamento influenciou tanto Viktor Frankl como toda sua família.

O pensador austríaco, ao estudar as teorias da psicanálise e da psicologia individual, via-as como reducionistas, pois entendia que não capturavam a complexidade humana, rompendo com ambas ao perceber limitações em suas abordagens. Enquanto Freud focava nos impulsos inconscientes e na sexualidade e Adler no desejo de poder, Frankl acreditava que essas abordagens não seguiam a principal motivação humana: a busca de sentido na vida. Sem rejeitar totalmente essas influências, já que elas foram úteis na construção de sua teoria, no qual ampliou seus estudos para além do prazer e do poder, acreditava na liberdade do indivíduo para escolher seu propósito, mesmo em situações extremas. Essa visão levou à fundação da logoterapia, conhecida como a Terceira Escola Vienense de Psicoterapia, centrada na dimensão espiritual e no significado da vida.

Durante a Segunda Guerra Mundial, Frankl e sua família foram deportados para campos de concentração nazistas, em condições desumanas. Após sua libertação em 1945, publicou *Em busca de sentido* (1946), obra em que investiga a necessidade humana de entender o significado da vida, especialmente em meio ao sofrimento extremo. Ele usa sua própria experiência como prisioneiro em campos de concentração nazistas para ilustrar como o sentido pode ser encontrado mesmo em situações desumanizantes. Foi nesse contexto que Frankl desenvolveu a logoterapia, abordagem que destaca o papel fundamental do sofrimento na construção do propósito. Segundo sua teoria, até a dor mais intensa pode se tornar um caminho de crescimento e autoconhecimento, desde que seja ressignificada.

Nesse sentido, a problemática geral abordada nessa pesquisa é desenvolvida com base na visão crítica de Frankl, no qual o homem busca um sentido para a vida, que pode ser encontrado a partir da proposta teórica logoterapêutica: a importância do sofrimento na busca de sentido. Essa abordagem coloca em evidência como o sofrimento pode ser transformado em uma fonte de significado. À vista disso, o impasse foca especificamente na questão de como as experiências dolorosas podem ser ressignificadas como parte essencial da busca humana por sentido. Assim, evidencia-se compreender o sofrimento não apenas como uma condição

inevitável, mas como uma oportunidade de crescimento e de encontro com o sentido da vida, sendo essa uma contribuição fundamental para a psicoterapia e para os estudos sobre a condição humana. Dessa forma, a relevância deste estudo está em ampliar o entendimento sobre o papel central do sofrimento na logoterapia, que promove uma visão otimista e transformadora da experiência humana frente às adversidades.

A reflexão sobre o tema *A Logoterapia de Viktor Frankl: o papel do sofrimento na busca humana de sentido*, se associa de modo inextricável a um momento delicado e traumático, mas de extrema importância, na vida de Frankl. Assim, busca-se entender e refletir sobre a relevância do papel do sofrimento na busca de sentido a partir dessa perspectiva essencialmente existencialista, filosófica, psicológica e antropológica, a qual permeia o pensamento do autor como um todo. Com efeito, a presente pesquisa é organizada visando acompanhar a maneira única e inovadora que ele propôs para reconsiderarmos a concepção de sofrimento, dentro de sua teoria logoterapêutica. Nesse sentido, será possível ampliar a compreensão e análise do sentido da vida e de nossa própria existência de uma maneira distintiva.

Portanto, o presente trabalho de conclusão de curso abordará as seguintes perspectivas: 1) A antropologia frankliana, bem como os três princípios básicos de sua filosofia: a liberdade de vontade, a vontade de sentido e o sentido da vida; 2) O significado do sofrimento humano e 3) As possíveis dificuldades ao compreender o pensamento da logoterapia atualmente. O estudo foi realizado através de uma análise bibliográfica da obra principal, como também de outras obras do autor que se articulam ao eixo principal da pesquisa e que destaca, a partir de uma interpretação hermenêutica, aspectos contextuais, filosóficos e psicológicos.

2 ANTROPOLOGIA FILOSÓFICA DE VIKTOR FRANKL

Na visão antropológica de Viktor Frankl, o ser humano é tratado como uma unidade, mesmo em meio à sua pluralidade. Ao contrário do que considera como o reducionismo presente em algumas abordagens terapêuticas, Frankl defende que o ser humano não pode ser fragmentado. Ele é uma totalidade composta pelas dimensões biológica (física), psicológica (emocional) e social, que se encontram integradas em sua existência corpórea:

> Frankl sabia-se inserido numa era de especialistas e tomou para si o desafio de constituir, em sua proposta teórica, uma imagem unificada de ser humano, que viesse a oferecer um lócus compreensivo para os achados compartimentalizados das diversas ciências a respeito do homem. Para ele, o real perigo da pesquisa científica contemporânea consiste, não no fato de que os pesquisadores estão se especializando, mas, sim, no fato de que os especialistas estão generalizando. Nesse sentido, o pai da logoterapia defende que sempre que uma ciência específica clama por totalidade esta mesma ciência se desfigura em ideologia, transformando-se em mais um "ismo", na medida em que se defenda uma maneira biologista, psicologista ou sociologista de ler o homem (Pereira, 2015, p. 3).

Nesse sentido, para Frankl (2019, p. 5, grifos do autor), "o reducionismo não se limita a projetar, por motivos heurísticos, o humano no sub-humano – ele nega em geral a existência de uma dimensão humana e, o que é pior, o faz *a priori*". Em síntese, o reducionismo é um "sub-humanismo", já que os fenômenos especificamente humanos são reduzidos a sua dimensão inferior. Assim como na citação, refletimos a respeito da crítica fundamental do autor às tendências reducionistas no campo das ciências humanas, especialmente no que diz respeito à fragmentação do entendimento do ser humano. Frankl argumenta que a busca de totalidade por parte de disciplinas específicas não apenas limita a compreensão da complexidade humana, mas também transforma essas abordagens em ideologias unilaterais, como biologismo, psicologismo ou sociologismo.

Além disso, o alerta de Frankl contra a generalização descrita, ressalta a necessidade de uma epistemologia que transcenda os limites disciplinares e reconheça o ser humano em sua totalidade, incluindo suas dimensões biológicas, psicológicas e espirituais. Essa perspectiva está em sintonia com a proposta da logoterapia, que busca ir além das explicações reducionistas para encontrar sentido e propósito na existência humana. Dessa forma, ao se opor aos ideais e tendências reducionistas, propôs uma psicoterapia a partir da dimensão noética (espírito), humanizando o campo da psicoterapia e trazendo à luz os fenômenos autênticos, que apresenta o ser humano integralmente (corpo, mente e espírito).

O pensador austríaco não investiga apenas em seus estudos o sentido *ôntico* - concreto e físico - do *ente*, mas também busca fazer uma análise ontológica do ser, em suas propriedades

transcendentes e reflexivas. Desse modo, em sua antropologia podemos compreender que o homem é um ser total, isto é, bio-psico-espiritual:

> [...] a pessoa existencial é, em essência, unidade e totalidade, e isto significa que ela não é, essencialmente, divisível ou adicionável. Mesmo quando distinguimos entre psíquico e espiritual, nunca o fazemos como se o homem fosse assim "composto", como se tais elementos fossem partes, já que o homem não é um "ser" aditivo, mas integral (Frankl, 2019, p. 174).

Pereira (2015, p. 4) ressalta essa questão ao dizer que: "[...] em nossa concepção, a ontologia dimensional constitui a saída encontrada por Frankl para ilustrar a organização dialética daquilo que compreendeu como as três categorias ontológicas fundamentais para abordar o ser humano: corpo, psiquismo e espírito". Uma observação a respeito dessa sistemática se faz pertinente ao momento. Corpo, psiquismo e espírito são aqui concebidos como categorias reflexivas, no sentido dialético, isto é, uma não pode ser pensada sem a pressuposição lógica da outra, dada a reciprocidade essencial que elas possuem sistematicamente entre si.

À vista disso, da mesma maneira como a definição do termo "pai" pressupõe uma conexão lógica essencial com a do termo "filho", quando se fala de "espírito" também se pressupõe "psiquismo" e, se falo de "psiquismo", da mesma forma estou presumindo o "corpo". Essa relação reforça a visão sistemática e integrada do ser humano, pois ao falarmos de homem na visão frankliana, percebemos um homem espiritual como o centro, destacando-se assim dos outros seres vivos, pois somente o ser humano é dotado da dimensão noética – espiritual.

Segundo Chauí (2002, *apud* Aquino 2013, p. 44), a palavra *nôus* deriva do verbo *noéo*, que significa colocar no espírito, refletir, compreender, meditar, ter bom senso ou razão; ter um sentido ou uma significação. Assim, Frankl atribui à dimensão noética a especificidade do ser humano, pois esta não é compartilhada com os outros entes (Frankl; Lapide, 2005, *apud* Aquino, 2013, p. 44). Dessa maneira, ao nos debruçarmos sobre a logoterapia, observamos que nela está pressuposta uma relação de dependência entre o somático - o corpo físico - e o psíquico – o mental, emocional –, em que esses aspectos são inseparáveis. Sendo dependentes e interligados, criando uma unidade singular, a unidade psicossomática. Sendo assim, para Pereira (2015, p, 4, grifo do autor) "[...] a categoria de entrada – corpo – é suprassumida (*aufgehoben*) na categoria de psiquismo, que, por sua vez, é suprassumida na categoria de espírito. A tríade acaba por ser sintetizada na ideia de pessoa humana, tal como o homem é entendido na logoterapia". Pereira reforça ainda a visão holística, totalizante da logoterapia, no qual corpo, psiquismo e espírito se integram, e que define a pessoa humana como um ser

completo.

Ao abordar a dimensão espiritual, Viktor Frankl utiliza a palavra “noética”, conforme mencionado anteriormente, que significa “espírito”, para evitar qualquer associação ou conotação religiosa. Assim, é importante compreender que:

> [...] na concepção da logoterapia, o indivíduo possui um corpo (soma), uma *psiquê*, entretanto sua essência se encontra numa dimensão além: a dimensão noética (espiritual), sendo essa última dimensão compreendida mais como uma dimensão antropológica do que religiosa (Aquino, 2013, p. 43, grifo nosso).

As três dimensões são dependentes, pois possibilitam as seguintes camadas: o físico, que oferece a possibilidade; o psíquico, que realiza essa possibilidade; e o espiritual, que representa a plenitude dessa realização. Este é um princípio de ação condicional, uma vez que, se algo é fisicamente possível em um corpo, pode também se realizar psiquicamente devido à sua necessidade espiritual. Embora cada dimensão possua suas funções individuais, elas estão interligadas e mantêm uma relação de dependência. Mesmo que essas dimensões sejam individualizadas em cada ser, o indivíduo, em sua existência, é essencialmente uma unidade e totalidade.

Vale ressaltar que, para Viktor Frankl, a dimensão espiritual mesmo sendo interligada com a psíquica, possui distinções, tendo em vista que para o autor a dimensão noética (espiritual), é a esfera especificamente humana. Com efeito, a dimensão do sentido da vida que caracterizamos como a vontade de sentido que o ser humano possui e que reflete a capacidade de transcender aos condicionamentos, toma decisões conscientes em sua liberdade e responsabilidade, pois está ligada à consciência, já que são interligadas:

> No homem, como ser espiritual, trata-se da capacidade de distanciamento de sua conformação biológica e de suas determinações psíquicas; em suma, da possibilidade mesma de objetivar, conscientemente, tais imposições e de escolher uma resposta livre frente a elas (Pereira, 2015, p. 7).

Nesse sentido, enxerga-se o psíquico como funcionamento interno de onde acontecem as emoções, instintos e desejos, sendo condicionado por fatores biológicos e ambientais. Descreve-se o psiquismo como um ponto intermediário entre o corpo e o espírito, já que ambos são interligados trabalhando assim, com um modelo que inclui essas três partes (corpo, psiquismo e espírito), pois os modelos que dividem o ser humano apenas entre psíquico e corpo não explicam totalmente as atividades mais elevadas de sua vontade de sentido, que insere a liberdade, a responsabilidade e o propósito. Para Frankl, essas atividades pertencem principalmente à dimensão espiritual, já que o ser humano vai além do psiquismo e possui a

esfera espiritual que transcende as limitações do corpo e da mente, se tornando uma totalidade entre as três dimensões:

> O homem é seu psiquismo, no sentido de que tal categoria se mostra enquanto constitutiva do próprio ser do homem no mundo e não é seu psiquismo, na medida em que a auto-afirmação humana possui uma amplitude transcendental (que será suprassumida na categoria de espírito), a qual não se esgota na dimensão psicossomática do homem (Vaz, 1991, p. 193, *apud* Pereira 2015, p. 6).

Com base nisso, observamos que o psiquismo é uma parte essencial do ser humano, pois nos ajuda a sentir, pensar e agir no mundo. Mas o ser humano não se limita apenas suas emoções ou pensamentos, já que possui a capacidade de transcender essas reações, buscando um propósito maior, uma vontade de sentido. Essa capacidade está na dimensão espiritual, que eleva e integra o que o psiquismo oferece. Assim, essa capacidade única de refletir transcende essas emoções e pensamentos, que nos leva a observar nossos próprios sentimentos, entender o porquê estamos reagindo de determinada forma e, o mais importante, decidir como agir. Dessa forma, a dimensão espiritual é o que nos permite transcender as respostas do psiquismo.

Notamos assim, sua natureza tridimensional, argumentando que o ser humano é facultativamente condicionado, o que significa que ele não é obrigado, mas depende de certas condições. Logo, a dimensão espiritual é o que caracteriza o ser humano, permitindo-lhe a capacidade de realizar algo ou ir além, diferenciando-o de tudo o que o condiciona. Podemos dizer que o ser humano possui a capacidade de transcender todos os condicionamentos. Desse modo, a essência da existência humana apresenta uma particularidade fundamental, pois o homem não se limita aos condicionamentos internos, escolhendo-o que deseja ser e como agir:

> O ser humano não é uma coisa entre outras; coisas se determinam mutuamente, mas o ser humano, em última análise, se determina a si mesmo. Aquilo que ele se torna - dentro dos limites dos seus dons e do meio ambiente - é ele que faz de si mesmo. No campo de concentração, por exemplo, nesse laboratório vivo e campo de testes que ele foi, observamos e testemunhamos alguns dos nossos companheiros se portarem como porcos, ao passo que outros agiram como se fossem santos. O ser humano tem dentro de si ambas as potencialidades; qual será concretizada depende de decisões e não de condições (Frankl, 1991, p. 115).

Através do espírito e sua força resiliente, pode tomar a dianteira e superar quaisquer condições e circunstâncias que a vida lhe impõe, incluindo as mais adversas possíveis, já que, para Frankl (1991, p. 161), "[...] a vida potencialmente tem um sentido em quaisquer circunstâncias e situações". Por conseguinte, é a dimensão espiritual a esfera que o ser humano se posiciona livremente em relação às condições. Nesse contexto, compreendem-se decisões pessoais envolvendo vontade, valores éticos e criativos, que moldam a identidade do indivíduo

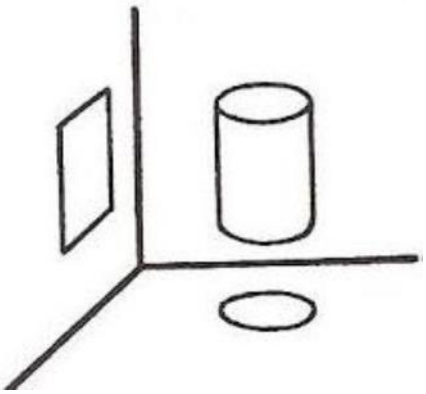
por meio da interação entre a liberdade moral e as condições externas e internas:

> [...] a dimensão espiritual ou noética localiza as posturas do ser humano perante sua porção psicofísica, como por exemplo: "as decisões da vontade, intencionalidade, interesses práticos e artísticos, pensamento criativo, senso ético (consciência moral) e compreensão do valor" (Lukas, 1989, p. 28 – 29, *apud* Aquino, 2013, p. 44 - 45).

A dimensão noética representa um núcleo de centro integrador da essência humana, conforme proposto por Frankl ao ilustrar a natureza do ser humano através de formas geométricas variadas, que explora a estrutura ontológica dimensional. Nesta abordagem, Frankl introduz duas leis fundamentais que regem essa estrutura ontológica.

A primeira lei "prescreve que se um objeto for projetado em suas dimensões inferiores, resulta em figuras contraditórias entre si. Assim, um cilindro, um objeto tridimensional, quando projetado em um plano unidimensional, formaria um quadrado e um círculo" (Aquino, 2013, p. 45). Ou seja, a complexidade e a totalidade do cilindro não podem ser capturadas em uma dimensão inferior de maneira precisa e sem perda de informações, uma vez que ao projetar um cilindro em um plano unidimensional ele formaria um quadrado e um círculo (Figura 1).

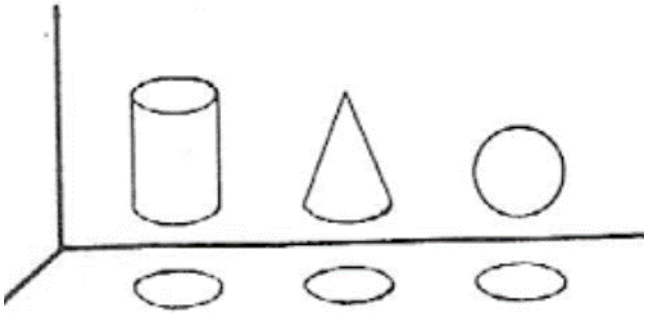
Figura 1 – Primeira lei:



Fonte: (Frankl, 2019, p. 187).

A segunda lei afirma, segundo Aquino (2013), que quando diversos objetos distintos: cilindro, cone e esfera, são representados em um plano unidimensional com menos dimensões, produzem imagens e formas de figuras ambíguas e contraditórias, na quais são capazes de várias interpretações distintas. Isso ocorre porque esses corpos tridimensionais não podem ser reduzidos e simplificados a uma figura plana, ou seja, um círculo. Portanto, supondo que as sombras em projeções permitem interpretações múltiplas e diferentes, por serem idênticas para objetos divergentes, não é possível concluir qual é a forma geométrica que origina tais sombras projetadas (figura 2).

Figura 2 - Segunda lei:



Fonte: (Frankl, 2019, p. 187).

> Como podemos aplicar ao homem tais considerações? Bem, o homem que é reduzido em sua dimensão específica e projetado nos planos da biologia e da psicologia se configura de tal forma que as figuras se contradizem umas às outras. A projeção no plano biológico produz fenômenos somáticos, enquanto a projeção no plano psicológico, fenômenos psíquicos. À luz da ontologia dimensional, a contradição não diz respeito à unidade do homem. Tanto quanto a contradição entre o círculo e o retângulo abrange o fato de que se trata da projeção de um mesmo cilindro. Não percamos, porém, de vista que a unidade do ser-assim do homem lança uma ponte sobre a diversidade das modalidades de ser em que se divide; assim, a superação de opostos, como soma e psique, não deve ser buscada no plano em que o homem é projetado. Pelo contrário, é exclusivamente numa dimensão superior que pode ser encontrada (Frankl, 2019, p. 188).

Nesse sentido, Frankl utiliza essas analogias para ilustrar um ponto fundamental: ao analisarmos o ser humano apenas por suas projeções físicas e psicológicas, corremos o risco de perder de vista a unidade do ser. A visão fragmentada dessas dimensões pode levar à compreensão parcial do homem, focando apenas em aspectos isolados e que desconsidera a complexidade do indivíduo como um todo. Ao centrarmos nossa atenção em apenas um de seus aspectos, podemos negligenciar a integração entre corpo, psiquismo e espírito - ou, como Frankl propõe, a unidade bio-psico-espiritual do ser humano. O mais importante, portanto, é compreender o ser humano em sua totalidade, reconhecendo não apenas as suas dimensões distintas, mas também a singularidade e a interconexão dessas partes.

Dessa forma, essa contradição enfatiza a função essencial da dimensão espiritual, que, ao fundar a unidade do ser humano, permite a coexistência dessas oposições. A dimensão noética – espiritual – é aquela que pode estar receptivamente aberta e disposta para receber algo, pois faz parte da natureza humana estar receptiva ao mundo, como um recipiente pronto para receber o sensível. Conforme explica Frankl, esta dimensão está sempre pronta para receber e incorporar um sentido mais profundo em si mesma.

Fica claro, portanto, que a antropologia de Viktor Frankl procura superar e transcender as visões reducionistas impostas socialmente à visão de ser humano. Assim, o filósofo acaba

mostrando uma totalidade e unidade indivisível, emergindo da coexistência e dependência das três dimensões mencionadas ao longo do capítulo - corporal, mental e espiritual. Desta maneira, é na esfera da dimensão espiritual que podemos distinguir o ser humano racional - *homem sapiens* - do animal irracional, em que este ser racional consegue transcender tais condicionamentos internos e externos, ou seja, fisicamente e mentalmente, que a vida pode oferecer.

2.1 Os três princípios básicos da Logoterapia

Ao propor sua teoria de análise existencial, Viktor Frankl se contrapôs às visões do psiquismo propostas por Freud e Adler, e apesar de ter tido influências destas visões, sua própria visão afirma que o homem possui mais do que uma "vontade de prazer" (Freud) e do que uma "vontade de poder" (Adler), já que, para ele, esse ser também tem uma "vontade de sentido" como centro gravitacional da existência humana. À vista disso, propõe que sua teoria seja concebida como uma "psicologia das alturas":

> [...] a tese da logoterapia é bem diferente: para ela, o homem é na verdade (ou se não mais o é, o era pelo menos originariamente) voltado para a realização do sentido e a efetivação do valor; a busca de prazer (princípio de prazer da psicanálise) e a vontade de poder (anseio de mando, da psicologia individual) são modalidades secundárias e deficientes da inclinação normal e primária do homem para a realização do sentido e a efetivação do valor (Frankl, 2019, p. 47).

Dessa forma, verifica-se que não se trata de falar em satisfação ou alívio, mas em contemplação e realização. A logoterapia, teoria que se concentra no futuro e nos sentidos que serão realizados pelo indivíduo no futuro, está concentrada no sentido da vida, tornando-o consciente desse aspecto, para fortalecer sua capacidade de superar a neurose e as situações que surgem ao decorrer da vida. O autor austríaco esclarece o significado etimológico dos termos gregos que compõem o nome "logoterapia": "logos" significa "sentido" e "therapéia" significa terapia ou cuidado. Dessa forma, podemos dizer - grosso modo - que logoterapia, segundo Frankl (1991, p. 124), "[...] concentra-se no sentido da existência humana, bem como na busca da pessoa por esse sentido".

Segundo Aquino (2013, p. 42), "[...] a logoterapia investiga a busca e a realização do ser humano pelo sentido da vida e oferece assim, uma explicação da existência". Entretanto, vale destacar que não há uma explicação geral da existência, tendo em vista que a existência se explica a si mesma em seus desdobramentos, ou seja, o sentido da vida não é algo fixo ou pré-determinado.

O sentido da vida vai sendo construído ao longo do tempo, a partir das escolhas, ações e vivências de cada pessoa. A existência se revela no dia a dia, conforme vivemos e enfrentamos os desafios que surgem. Assim, "a palavra *logos* se refere ao sentido, bem como ao espírito no sentido filosófico, enquanto a palavra existência possui três significados, sendo eles: o modo de ser específico, o sentido da existência e a vontade de encontrar um sentido concreto na vida" (Aquino, 2013, p. 42, grifo do autor). Desse modo, a concepção de homem na logoterapia está fundamentada em três princípios básicos, sendo eles: a liberdade da vontade, a vontade de sentido e o sentido da vida.

2.1.1 A liberdade da vontade

Na "liberdade da vontade", refere-se ao ser humano como um ser que é consciente e responsável, podendo conceitua-la como a capacidade de tomar atitude diante de condicionantes biopsicossociais. Desse modo, "[...] para Frankl, cada ser humano é livre para tomar decisões e atitudes frente a qualquer condicionante que seja. Embora não esteja livre dos condicionantes biopsicossociais, tem a liberdade de se posicionar frente a qualquer um deles, realizando suas escolhas existenciais" (Cabral; Costa; Lima, 2021, p. 43).

Nesse sentido, introduz-se a ideia do sentido da vida no campo da psicoterapia, em que a liberdade e a responsabilidade constituem-se na existência humana, uma vez que somos livres para decidir. Logo, há possibilidade de escolha e, por conseguinte, liberdade, como também existe responsabilidade por cada escolha realizada, já que a liberdade está atrelada à responsabilidade. A logoterapia entende que o ser humano não é livre de condições, mas possui a liberdade de escolher como se posicionar em relação a elas. Embora seja afetado por influências ambientais, biológicas e psicológicas, na dimensão noética, possui posturas e ações. Não apenas reage, mas responde:

> A análise existencial de Frankl concebe a vida como uma tarefa ou um dever no qual cada ser humano é confrontado com um valor específico no mundo, que se torna único e insubstituível. Dessa maneira, essa visão se distancia daquelas que concebem o ser humano como um autômato e se aproxima da concepção da pessoa como um ser que responde, ou seja, é aquele ser que responde à questão que a vida lhe coloca e, ao responder, torna-se responsável (Aquino, 2013, p. 50).

A liberdade, nessa questão, estaria voltada para a compreensão das possibilidades de escolha que o ser humano se depara em virtude das situações. O "eu" é construído de acordo com as decisões realizadas, formando, assim, o seu ser no mundo. Além disso, a logoterapia reconhece que o indivíduo não é livre de condições, mas livre para se posicionar. Apesar das

condições, ele é responsável também pelas suas decisões, já que, para Aquino (2013, p. 52), "[...] quando se escolhe dar uma resposta à vida, torna-se responsável pelo que vai ser no momento seguinte".

2.1.2 A vontade de sentido

O segundo conceito fundamental na logoterapia denomina-se "a vontade de sentido", que é a busca contínua pelo sentido da vida. Assim, a busca do ser humano por esse sentido é um fator decorrente da condição humana, sua motivação primária que o diferencia dos animais que agem por instinto e que possuem uma racionalização secundária. O sentido é exclusivo, pois somente o ser humano é responsável por si, e, para cumpri-lo, faz com que o significado se torne importante para satisfazer sua própria vontade, uma vez que ele é único - difere de um indivíduo para o outro - e mutável - pode se transformar de situação para situação. Conforme destaca Boff (2014, *apud* Cabral; Costa; Lima; 2021, p. 42), o sentido da vida pode, na filosofia, na antropologia e em outras ciências, adquirir vários significados, sendo, portanto, necessário delimitar seu uso. Frankl indica o sentido da vida como sua finalidade, seu motivo, sendo algo mutável e único.

Assim, o ser humano possui uma vontade de encontrar propósito no mundo objetivo para sua existência, sendo então, o seu primeiro e último interesse humano, ou em outras palavras, o meio para sua sobrevivência:

> [...] pesquisa estatística, com dados de 7.948 alunos, em 40 universidades, foi conduzida por cientistas sociais da Universidade John Hopkins. Seu informe preliminar é parte de um estudo de dois anos patrocinado pelo Instituto Nacional de Saúde Mental. Perguntamos sobre o que consideravam "muito importante" para eles naquele momento, 16% dos estudantes responderam "ganhar muito dinheiro", 78% afirmaram que o seu principal objetivo era "encontrar um propósito e sentido para a vida (Frankl, 1991, p. 125).

Ao nos depararmos com a pergunta para o sentido da vida, e a busca por essa vontade de sentido, em algum momento ocorrerá a frustação existencial, uma vez que a vontade de sentido também pode ser frustrada quando não é realizada ou concretizada na vida. Na medida que o não cumprimento das demandas do espírito humano não acontecerem, isto é, em encontrar um sentido para a sua vida, decorrerá em uma experiência de vazio, desolação, desespero e frustração existencial. Sendo assim, trata-se de um sentimento de ausência de sentido na própria vida.

Segundo Frankl (1992a, 1989, *apud* Aquino, 2013, p. 54), em pacientes jovens, "a neurose de desemprego". Essa patologia consistia em identificar a ociosidade com a inutilidade

da vida e, por consequência, considerar a vida como não tendo sentido. Dessa forma, Frankl concebe que tanto a abundância quanto a extrema necessidade fazem emergir a busca de um sentido, e quando estas estão associadas ao ócio, verifica-se uma frustação dessa busca.

Frankl (1991) explica o vazio existencial como uma sensação de falta de sentido na vida, que ele chama de "neurose noogênica". Esse vazio aparece como tédio, desinteresse e indiferença, podendo levar a problemas graves, como dependência de drogas, agressividade e até depressão ou suicídio - fenômenos comuns na sociedade atual. Dessa forma, muitas vezes a sociedade tenta camuflar este vazio em diversos tipos de compensação, por meio da vontade de poder, quando assume um perfil ganancioso, vontade de dinheiro ou pela vontade de prazer, na qual não resolve a questão: "É importante ressaltar que o vácuo existencial não é uma doença em si, muito menos tem uma causa patológica. Não é preciso estar doente para ser acometido por sentimentos de falta de sentido e vazio interior" (Santos, 2016, p. 135, *apud* Cabral; Costa; Lima, 2021, p. 45).

Sentir-se perdido ou sem propósito não indica, necessariamente, uma patologia, mas pode ser um sinal da necessidade de encontrar significados genuínos na vida. Assim, "[...] a preocupação ou mesmo o desespero da pessoa sobre se a sua vida vale a pena ser vivida é uma angústia existencial, mas de forma alguma uma doença mental" (Frankl, 2020, p. 71 *apud* Cabral; Costa; Lima, 2021, p. 45). Desse modo, o autor critica a ideia de que a saúde mental significa viver sempre em equilíbrio e sem conflitos. Para ele, o equilíbrio é importante e uma certa quantidade de tensão é necessária à saúde psicológica, pois essa tensão nos impulsiona a buscar sentido e propósito na vida. Assim, a vontade de sentido poderá provocar uma tensão interior em vez de um estado de equilíbrio, como afirma o logoterapeuta:

> A busca por sentido certamente pode causar tensão interior em vez de equilíbrio interior. Entretanto, justamente essa tensão é um pré-requisito indispensável para a saúde mental. Ouso dizer que nada no mundo contribui tão efetivamente para a sobrevivência, mesmo nas piores condições, como saber que a vida da gente tem um sentido. Há muita sabedoria nas palavras de Nietzsche: "Quem tem por que viver suporta quase qualquer como". Nessas palavras vejo um lema válido para qualquer psicoterapia. Nos campos de concentração nazistas, poder-se-ia ter testemunhado que aqueles que sabiam que havia uma tarefa esperando por eles tinham as maiores chances de sobreviver. Outros autores de livros sobre campos de concentração chegaram à mesma conclusão, assim como investigações psiquiátricas sobre acampamentos com prisioneiros de guerra no Japão, Coreia do Norte e Vietnã do Norte (Frankl, 1991, p. 129).

Nesse sentido, Aquino menciona quatro teses sobre o homem em sua busca pela vontade de sentido ao procurar as tensões, definidas por Frankl da seguinte maneira:

> 1) ela precisa de tensões, ou seja, precisa de certa dose saudável de tensão – a ausência e o excesso de tensão podem provocar mal estar subjetivo; 2) ela busca tensões, entretanto, não se trata de qualquer tensão, mas aquelas pelas quais configurem um sentido para a sua existência; 3) atualmente ela encontra pouca tensão, ou seja, encontra pouco sentido na vida, gerando tédio e vazio existencial; 4) sendo assim, ela cria tensões (Aquino, 2013, p. 54 - 55).

Por esta razão, "[...] a vontade de sentido é compreendida como aquilo que se tensiona, seja por uma pessoa que me pergunta algo, seja por uma situação que encerra uma pergunta e clama por resposta" (Frankl, 2011, p. 81, *apud* Cabral; Costa; Lima, 2021, p. 45). Portanto, as dificuldades desempenham um papel crucial na construção de uma vida mentalmente saudável e significativa. Isso acontece porque, "pode-se ver, que a saúde mental está baseada em certo grau de tensão, tensão entre aquilo que já se alcançou e aquilo que ainda se deveria alcançar, ou o hiato entre o que se é, e o que se deveria vir a ser" (Frankl, 1991, p. 129).

2.1.3 O sentido da Vida

O terceiro aspecto denomina-se "o sentido da vida", ao qual nos leva a refletir sobre a pergunta: "Qual é o sentido da vida?". Essa questão não possui uma resposta universal ou definitiva, pois o sentido da vida varia de pessoa para pessoa e está profundamente ligada ao contexto e momento em que cada indivíduo está inserido. Dessa forma, o mais relevante não é conhecer o sentido da vida de forma geral, mas, em outras palavras, compreender o sentido específico da vida de uma pessoa em um determinado momento.

Como aponta Frankl (1991, p. 133), "[...] não devemos procurar um sentido abstrato da vida, já que cada qual tem sua própria vocação ou missão específica na vida; cada uma precisa executar uma tarefa concreta que está a exigir realização". Ademais, cada indivíduo exerce tarefas, situações e vocações concretas que se constituirão em desafios para que cada pessoa enfrente os problemas que surgirão:

> [...] o sentido da vida difere de pessoa para pessoa, de um dia para o outro, de uma hora para a outra. O que importa, por conseguinte, não é o sentido da vida de um modo geral, mas antes o sentido específico da vida de uma pessoa em dado momento (Frankl, 1991, p. 133).

Em dado momento se exigirá a realização, isto é, uma missão singular de cada sujeito em sua existência, pois enfrentará a rigor a pauta do sentido da vida e observará que o próprio sujeito está sendo questionado por sua vida e não para a vida em geral - "qual o sentido da vida?". Assim, ocorrerão situações em que se compartilham componentes semelhantes, ou seja, sentidos comuns que são historicamente vivenciados pela sociedade. Esses sentidos são

chamados de valores, os quais, segundo o autor, não podem ser ensinados, mas sim experimentados na prática:

> "O mundo é essencialmente mais do que mera expressão do meu próprio ser". Ser um ser em busca de sentido significa abrir-se, ir além de si, renunciar ao meu simples "ser-assim". "Devo transcender a mim mesmo. Se não puder fazê-lo, então minha capacidade cognitiva fica restringida; eu mesmo e o conhecimento de mim mesmo ficamos no caminho, tornamo-nos obstáculos". Também para nos conhecermos devemos autotranscender. Para encontrar o sentido, o ser humano deve ir além de si mesmo, descobrindo valores que o ajudem a viver de acordo com sua essência, e o levem cada vez mais a se humanizar. Nessa busca o ser humano é guiado pela sua consciência, que como uma bússola, órgão de sentido, aponta sempre para o norte do sentido (Frankl, 2019, p. 19).

Ao defender que a essência do ser humano não está limitada à sua subjetividade, mas exige uma abertura para o reconhecimento de valores que transcende o próprio ser. Ele afirma que, para encontrar sentido na vida, é necessário ir além de si mesmo, superar o ser-assim e buscar uma autotranscendência. Essa superação não só amplia a capacidade cognitiva, mas também possibilita um autoconhecimento mais profundo. A consciência, comparada a uma bússola, orienta o indivíduo na direção do sentido. Assim, o papel da logoterapia é expandir a visão do ser humano, ampliando o horizonte de possibilidades para que o sentido da vida se torne acessível e evidente ao sujeito.

Dessa maneira, para a logoterapia, podemos compreender o sentido da vida de três formas diferentes, sendo elas: "1. criando um trabalho ou praticando um ato; 2. experimentando algo ou encontrando alguém; 3. pela atitude que tomamos em relação ao sofrimento inevitável" (Frankl, 1991, p. 135). Assim, esses valores existenciais integram os meios para o ser humano encontrar significados para a vida, na medida em que o sentido da vida humana reside na realização de valores.

A primeira maneira para encontrar a realização do sentido é servir a um ideal, um trabalho ou a realização de algum ato, uma vez que, para Frankl, o trabalho tem significado para o sentido. Como por exemplo nos campos de concentração em que Frankl, para não perder a sanidade e não entrar em desespero, mesmo trabalhando em condições adversas, escrevia escondido seus manuscritos, que o ajudavam a sair mentalmente daquela realidade caótica. O trabalho desafiador e significativo pode oferecer uma oportunidade para desenvolver a resiliência e a força interior. Assim, Frankl observou que aqueles que encontraram significado no trabalho tinham uma maior probabilidade de sobreviver e superar as adversidades do holocausto.

> O que importa não é, de modo algum, a profissão em que algo se cria, mas antes o

> modo como se cria; que não depende da profissão concreta como tal, mas sim de nós, o fazermos valer no trabalho aquilo que em nós há de pessoal e específico, conferindo à nossa existência o seu caráter de algo único, fazendo-a adquirir, assim, pleno sentido (Frankl, 2019, p. 206, *apud* Crnkovic *et al*., 2024, p. 23).

O pensador enfatiza que o sentido do trabalho não está na profissão em si, mas na forma como nos engajamos com ela, imprimindo nela nossa singularidade e essência. Ele destaca que o que confere sentido à vida é a capacidade de expressar, por meio do trabalho, aquilo que temos de mais pessoal. Ou seja, não é a natureza da atividade profissional que determina seu valor, mas as modificações e o compromisso que colocamos nela, transformando-a em um meio de realização e conferindo à nossa existência um sentido pleno e significativo.

Ao enfatizar a importância de contribuir para algo maior do que nós mesmos, seja por meio do trabalho, da criação ou da busca de metas pessoais, o sentido pode ser encontrado quando percebemos que nosso trabalho tem um propósito além do benefício pessoal, e que contribuirá para algo maior, sugerindo que o verdadeiro significado é encontrado quando estamos alinhados com nossos valores e talentos pessoais.

A segunda maneira de encontrar um sentido na vida é amando, experimentando outro ser humano em sua originalidade única e singular. Isto é, por intermédio de conexões interpessoais e relacionamentos, como também experienciando algo como a verdade, a bondade, a beleza e a natureza:

> Ninguém consegue ter consciência plena da essência última de outro ser humano sem ama-lo. Por seu amor a pessoa se torna capaz de ver os traços característicos e as feições essenciais do seu amado; mais ainda, ela vê o que está potencialmente contido nele, aquilo que ainda não está, mas deveria ser realizado. Além disso, através do seu amor a pessoa que ama capacita a pessoa amada a realizar essas potencialidades. Conscientizando-a do que ela pode ser e do que deveria ser, aquele que ama faz com que essas potencialidades venham a realizar-se (Frankl, 1991, p. 136).

O autor enfatiza que o amor e as conexões humanas com o cuidado pelos outros, a ligação com amigos e familiares são elementos fundamentais que podem contribuir para uma vida significativa, mesmo em meio às dificuldades, desafios e adversidades. O próprio experimentou sua teoria nos campos de concentração, que, ao decorrer dos dias, pensava na sua amada esposa, e se perguntava se ela estava bem, se estava segura, se apegando assim às lembranças que tinha com sua amada, pois a imagem de sua esposa e o desejo de revê-la, ajudava-o a suportar os dias tortuosos:

> Compreendo agora o sentido das coisas últimas e extremas que podem ser expressadas em pensamento, poesia – e em fé humana: a redenção pelo amor e no amor! Passo a compreender que a pessoa, mesmo que nada mais lhe reste neste mundo, pode tornar-se bem aventurada – ainda que somente por alguns momentos – entregando-se

> interiormente à imagem da pessoa amada. Na pior situação exterior que se possa imaginar, numa situação em que a pessoa não pode realizar-se através de alguma conquista, numa situação em que sua conquista pode consistir unicamente num sofrimento reto, num sofrimento de cabeça erguida, nesta situação a pessoa pode realizar-se na contemplação amorosa da imagem espiritual que ela porta dentro de si da pessoa amada (Frankl, 1991, p. 55).

Assim, quando o indivíduo experiencia algo ou alguém, manifesta-se nele o *homo amans*, o homem que ama. Dessa forma, quando o ser humano contempla os valores estéticos da natureza ou da arte - os quais se denominam valores vivenciais -, ele recebe algo do mundo e, nesse processo, torna-se um *homo faber*, o homem que faz, expressando a dimensão de seus valores criativos. Além disso, o ser humano também encontra sentido ao criar uma obra e entregá-la ao mundo, o que permite o florescimento de seus valores criativos e dê destaque para sua natureza ativa.

> O amor constitui um dos dois aspectos da autotranscedência da existência humana. Com isso, abranjo o fato antropológico fundamental de que o ser humano sempre indica um transcender na direção de um sentido, que o homem preenche, ou de um companheiro, que ele encontrar. E somente na medida em que o homem assim o transcende, ele se realiza a serviço de uma causa, por amor a alguém (Frankl, 2019, p. 77).

Por fim, o terceiro caminho para encontrar um sentido na vida é por meio do sofrimento e da dor, os quais podem ser transformados em resultados significativos. O sofrimento ocupa uma posição central na teoria de Frankl (1991, p. 168), “[...] sendo o mais importante para o sentido da vida”. Portanto, este trabalho focará principalmente na exposição da doutrina do sofrimento e do seu significado na busca pelo sentido na vida, tema que será detalhado no próximo capítulo.

3 O SIGNIFICADO DO SOFRIMENTO HUMANO

Na história da humanidade, o sofrimento sempre esteve presente, decorrente de vários fatores: pobreza, pandemias, violência, desnutrição, tristeza, entre outros. Sendo algo característico da existência humana. Entretanto, o sofrimento é um termo difícil de ser conceituado e generalizado para estabelecer delimitações, já que faz parte da experiência de vida de cada ser humano, não sendo possível determinar até que ponto o ser humano deve ou não deve sofrer.

Também na Viena da época em que Frankl começou a se preocupar em estudar o ser humano, desejando compreendê-lo, podia-se reconhecer o impacto de um sofrimento generalizado em função do grande número de suicídios registrados na cidade. Por volta de 1929, a população da capital austríaca viveu uma grave crise socioeconômica, em virtude de a Europa atravessar um período de recessão, com altos índices de desemprego, o que gerava um ambiente de medo e incerteza (Aquino, 2013). Esse contexto de desesperança generalizada levou muitos jovens à depressão, ao se verem sem perspectivas de futuro e sem emprego, acreditando que suas vidas não tinham valor. Sem saída aparente, muitos de fato recorreram ao suicídio (Pereira, 2013; Aquino, 2013, *apud* Medeiros *et al*., 2020, p. 603).

Conforme Aquino (2013, *apud* Medeiros et al., 2020, p. 603), profundamente preocupado com o aumento dos casos de suicídio entre os jovens vienenses, em 1927, ainda como estudante de medicina, Frankl iniciou a criação de postos de aconselhamento para a juventude, com o objetivo de oferecer alternativas para enfrentar a angústia existencial e combater ideias suicidas, uma solução pensada para reduzir os altos índices de suicídio na Europa central. Foi nesse contexto que o foco teórico do pensador austríaco, orientado para a logoterapia, começou a se desenhar. Em conversas com jovens que haviam tentado se matar, ou que cogitavam essa possibilidade, o autor austríaco descobriu que, ao encontrar um propósito ou algo que desse sentido à vida, para além da mera condição de estar empregado ou trabalhando, o desejo de suicídio era, muitas vezes, superado.

Uma vez que a pessoa se engajasse em algo significativo, em algo que realmente valesse a pena viver, sua visão sobre a vida mudava radicalmente. Foi em função desses resultados clínicos, associados a estudos e pesquisas, e com ajuda de alguns profissionais das áreas de Humanidades da Universidade de Viena, que Frankl decidiu publicar alguns artigos, a fim de sensibilizar as autoridades, tanto científicas, quanto civis, usando-os para propor a abertura de centros de aconselhamentos para jovens. De fato, a abertura desses centros parece ter ajudado

a diminuir as taxas de suicídio que ocorriam antes da Segunda Grande Guerra Mundial, em Viena.

A partir dessas experiências, Frankl começou a dar vida à sua teoria, que logo depois denominou “logoterapia”, surgindo para ajudar os indivíduos que sofriam pela falta de sentido. Entretanto, com a chegada da Segunda Guerra Mundial, por ser judeu, teve toda a sua família presa em campos de concentração distintos. O autor austríaco passou três anos em quatro campos de concentração diferentes, testemunhando de perto o sofrimento humano nas dificuldades do Holocausto. Assim, testemunhou, na própria pele, a descoberta da capacidade que cada ser humano possui de enfrentar “com dignidade” as condições da vida, incluindo aquelas nos campos de concentração.

Ele perdeu toda a família nos campos de concentração, incluindo sua esposa, Tilly Grosser, morta em 1945 na colina de Bergen-Belsen, na Alemanha, no mesmo campo de concentração de Theresienstadt, em que Anne Frank padeceu. O filósofo, no entanto, sobreviveu e foi libertado em 1945. Após sair dos campos nazistas, sua vida não foi fácil devido aos traumas e incertezas causadas pelo Holocausto. Dessa forma, o que lhe ajudou a sobreviver a todas as dores causadas pela terrível circunstância foi acreditar na possibilidade de esperança na sobrevivência, colocando sua teoria à prova, partindo do princípio de que, se sobrevivesse, seria porque tinha algo a realizar. Ao acreditar que sua sobrevivência tinha um propósito maior, ele encontrou forças para superar a forte depressão dos primeiros meses após a libertação:

> Literalmente, desaprendemos o sentimento de alegria. Será necessário aprender de novo a alegrar-se. Sob o ponto de vista psicológico, pode-se chamar de verdadeira despersonalização aquilo que os companheiros libertos experimentam. Tudo parece irreal e improvável. Tudo parece apenas um sonho. Ainda não se consegue acreditá-lo (Frankl, 1991, p. 114).

A logoterapia tornou-se uma resposta para muitas pessoas em sofrimento, pois apresentava uma perspectiva existencial que busca sentido além das dificuldades e do sofrimento causado por situações inexplicáveis. Para Frankl, o que o ser humano possui de mais caracteristicamente humano é a capacidade de enfrentar determinadas condições, independentemente de quais sejam. Desse modo, não existe situação na vida desprovida de significado e sentido, pois mesmo no sofrimento, quando o indivíduo não consegue criar nem vivenciar, ele pode encontrar sentido por meio da escolha de sua postura diante do sofrimento inevitável. Assim, quando o ser humano escolhe uma atitude em sua condição de *homo patien*, pode se mostrar capaz de transformar o sofrimento em uma realização de valores como coragem, intrepidez e dignidade.

A capacidade de sofrer é uma característica dos seres sencientes em geral e do ser humano em particular. Paradoxalmente, o sofrimento pode desempenhar um papel fundamental no processo de amadurecimento e autodescoberta humana.

> [...] o homem pode encontrar sentido tendo atitude diante do sofrimento, pois, mesmo quando a pessoa se encontra em uma situação dolorosa que é incapaz de modificar, pode encontrar sentido se enfrenta com valor e dignidade, transformando o sofrimento em uma conquista (Fabry, 1986, p. 69, *apud* Oliveira; Binda, 2023, p. 11).

Logo, o ser humano precisa ser auxiliado a desenvolver sua capacidade de lidar com o sofrimento, uma habilidade que tem sido negligenciada e, de certa forma, esquecida. Nesse sentido, é importante destacar que o sofrimento não deve ser enfrentado como algo exclusivamente negativo na vida humana, pois possui um significado intrínseco, uma razão que transcende a dor. O próprio Frankl, por exemplo, diz ter encontrado um sentido profundo em seu sofrimento nos campos de concentração, o que o motivou a suportar os dias naquele ambiente de extrema tristeza e desespero:

> Dentro dessa situação crítica, entretanto, eu tinha uma preocupação diferente da maioria dos meus companheiros. A pergunta deles era: "Será que vamos sair com vida do campo de concentração? Caso contrário, todo esse sofrimento não tem sentido". A pergunta que atormentava a mim era: "Será que tem sentido todo esse sofrimento, toda essa morte ao nosso redor? Caso contrário, não faz sentido sobreviver; uma vida cujo sentido depende de semelhante eventualidade – escapar ou não escapar – em última análise, nem valeria apena ser vivida (Frankl, 1991, p. 138).

Viktor Frankl (2019, p. 19), ao afirmar que "[...] o ser humano é um *Homo Patiens*", está destacando que, na vida, o homem é alguém que vivencia o sofrimento em seu cotidiano. Assim, pode-se dizer que:

> Não ser capaz de sofrer significa apatia. Sofrer ou padecer significa assumir uma atitude perante o que nos acontece, uma atitude por algo ou por alguém. Portanto, sofrer significa sermos alcançados pelo mundo e atraídos ou iluminados por algo que não somos nós mesmos. Abre-se diante do ser humano a possibilidade de seu "ser-no-mundo". Ser alcançado pelo Logos, e ser preenchido por ele, pelo sentido, dá conteúdo e razão à existência (Frankl, 2019, p. 19).

Desse modo, ao adotar uma postura significadora frente a uma circunstância adversa, o indivíduo transcende a si mesmo, buscando ir além de sua condição. Essa capacidade de sair de si em direção a um propósito específico evidencia que o ser humano é o único capaz de vivenciar o sofrimento de forma singular, e de assumir uma atitude positiva e de superação diante desses aspectos trágicos. Nesse processo, a autorrealização só é alcançada quando a pessoa se desprende de si, desviando o foco de suas próprias limitações e preocupações.

Esse movimento conduz do finito ao infinito espiritual, no qual o indivíduo, guiado por sua consciência, se dedica à concretização de projetos sensatos e à afirmação de valores consistentes. Frankl descreve a consciência como um ponto que orienta o caminho a ser seguido e indica a direção para acessar um sentido mais profundo. Esse processo envolve um diálogo interno, em que a consciência se manifesta como uma resposta a possibilidades a serem realizadas. Nesse contexto, cabe ao ser humano, como um ser responsável e dotado de liberdade, tomar decisões conscientes sobre o sentido que deseja atribuir à própria vida.

Assim, 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, transpondo-o do campo factual para o existencial" (Frankl, 2019, p. 301). Ainda segundo o autor austríaco, embora o indivíduo sofra por não ter o poder de alterar suas situações externas (o destino exterior), ele possui a liberdade de transformar sua resposta interior a essas condições. Isso significa que o sofrimento pode ser transformado em algo mais profundo e significativo, deixando de ser apenas um fato que aconteceu para se deslocar para o plano existencial, onde a experiência ganha profundidade e sentido. Com isso, torna-se uma experiência que traz aprendizado e crescimento, e que permitirá a transformação do sofrimento em uma experiência significativa.

Como também afirmam Oliveira e Binda (2023, p. 13, grifos dos autores), "[...] ao viver um *experimentum crucis*, o homem se depara com uma situação extrema, e é levado a alcançar uma liberdade interior e a maturidade". Ou seja, ao encarar uma situação de intensa dificuldade ou crise, o indivíduo é desafiado a buscar recursos internos que vão além das circunstâncias externas. Nesse processo, ocorre o desenvolvimento da liberdade interior, que permite ao ser humano transcender as limitações impostas pelas condições adversas. Além disso, tais experiências contribuem para a aquisição de maturidade, favorecendo um crescimento emocional, espiritual e existencial. Ademais, pode refletir no que Frankl ressalta a respeito dessa liberdade, onde "[...] o indivíduo que amadurece por meio do sofrimento desenvolve maior resiliência diante das tragédias da vida, tornando-se mais capaz de superá-las" (Frankl, 2019, p. 303).

Em sua obra, o pensador austríaco apresenta o conceito de otimismo trágico, definido como a capacidade de permanecer otimista apesar desses aspectos desafiadores da existência humana: "Em resumo, significa que a pessoa permanece otimista apesar da tríade trágica, como é chamada em logoterapia a tríade daqueles aspectos da existência humana que podem ser circunscritos por: 1. dor; 2. culpa; 3. Morte" (Frankl, 1991, p. 161).

Diante disso, surge a seguinte pergunta: como é possível dizer "sim" à vida apesar

desses aspectos trágicos? Frankl responde que é possível extrair sentido das situações trágicas, transformando-as em oportunidades de crescimento: o sofrimento pode ser convertido em realização humana, ao ser enfrentado com coragem e resiliência; a culpa pode ser vista como um estímulo para mudanças positivas; e a consciência da morte pode inspirar ações mais responsáveis e significativas ao longo da vida.

Assim, por meio do conceito de otimismo trágico, o indivíduo é capaz de escolher e extrair o melhor de cada situação, mesmo nas mais difíceis. Esse conceito parte do pressuposto de que a vida possui um sentido em qualquer circunstância, por mais desafiadora ou miserável que seja. Dessa forma, dizer "sim" à vida, apesar de tudo, reflete a capacidade humana de transformar criativamente os aspectos negativos em algo positivo e construtivo. Trata-se de adotar uma postura de otimismo diante do sofrimento e da dor, enxergando possibilidades de crescimento e ressignificação.

O ser humano, em sua condição de existência, enfrenta inevitavelmente situações-limite que o expõem ao sofrimento e à dor. Desse modo, a falibilidade, característica da natureza humana, torna-o suscetível ao erro e à culpa. Além disso, a transitoriedade da vida lembra constantemente sua finitude, e evidencia a morte como parte inerente da existência:

> Não devemos esquecer nunca que também podemos encontrar sentido na vida quando nos confrontamos com uma situação sem esperança, quando enfrentamos uma fatalidade que não pode ser mudada. Porque o que importa, então é dar testemunho do potencial especificamente humano no que ele tem de mais elevado e que consiste em transformar uma tragédia pessoal num triunfo, em converter nosso sofrimento numa conquista humana (Frankl, 1991, p. 136-137).

Se a vida tem sentido, então as situações que envolvem sofrimento e dor também devem possuir um propósito, pois a capacidade de autotranscedência lhe permite buscar o melhor nas dores. Em outras palavras, buscar o melhor na dor é buscar o ótimo, aquilo que alimenta o otimismo. Assim, podemos defender o conceito de otimismo trágico, pois apenas o ser humano, em sua constituição livre, responsável e auto transcendente, é capaz de transformar o sofrimento em conquista, triunfo, realização e superação. Como afirma o pensador austríaco: "Quando já não somos capazes de mudar uma situação, somos desafiados a mudar a nós próprios" (Frankl, 1991, p. 137). Isto é, emergindo uma ação frente ao sofrimento, como relata em sua experiência pessoal: "[...] sou um sobrevivente de quatros campos - campos de concentração - e como tal também sou testemunha da surpreendente capacidade humana de desafiar e vencer até mesmo as piores condições concebíveis" (Frankl, 1991, p. 152).

Assim, para Frankl, o homem tem que aceitar o sofrimento com uma postura digna, mostrar uma atitude que define seu valor, que temos que entender que não vivemos apenas de

bem-estar, mas também em meio à dor e aos desafios que a vida nos impõe. Ele ilustra essa ideia com a experiência que teve como médico no maior hospital estatal da Áustria, onde foi responsável pelos pacientes com depressão profunda. A maioria deles, após tentativas de suicídio, foi diagnosticada com transtornos severos. No entanto, ao longo do tempo, relatou que muitos desses pacientes expressaram gratidão por não terem conseguido tirar suas próprias vidas. Eles perceberam que havia uma solução para seus problemas, um sentido para suas existências e, com isso, passaram a enxergar a vida sob uma nova perspectiva: “Mesmo que a chance de que as coisas melhorem seja apenas uma em mil, continua minha explicação, “que pode garantir que no seu caso isso não acontecerá, mais cedo ou mais tarde?” (Frankl, 1991, p. 165).

Para que isso se revele, é necessário, primeiramente, viver e testemunhar o momento em que essas dificuldades serão superadas. Devemos sobreviver para vivenciar a chegada desse dia de superação, reconhecendo a responsabilidade da sobrevivência, como também poderá ser um catalizador para ajudar o outro em determinada situação adversa, como afirma o autor: “[...] que minha deficiência só vai aumentar minha capacidade de ajudar outros. Sei que, sem o sofrimento, o crescimento que atingi teria sido impossível (Frankl, 1991, p. 170).

É esse tipo de raciocínio que leva-o a pensar que o sofrimento é uma experiência que deve ser conquistada, pois ninguém nasceu com a capacidade de sofrer. Se a habilidade de suportar o sofrimento de forma impávida fosse intrínseca ao ser humano, este provavelmente viveria em um constante estado de apatia, sem a capacidade correspondente de responder de modo ativo, isto é, incapaz de reagir à dor. Assim, a capacidade de lidar com o sofrimento deve ser desenvolvida ao longo da vida.

Entretanto, é importante ressaltar que, ao se deparar com um sofrimento que poderia ser evitado, o indivíduo deve, sim, evitar tais situações, pois Frankl não defende a busca do sofrimento como um valor em si, mas sim como um meio de crescimento pessoal e espiritual. O sofrimento evitável deve ser eliminado, suportá-lo sem necessidade não é um ato de virtude, mas sim de negligência consigo mesmo. Assim, surge a questão ética: até que ponto é válido resistir ao sofrimento a qualquer custo e quando é necessário aceitá-lo como uma experiência completa que fortalece a dignidade humana? Frankl deixa essa resposta em aberto, já que a logoterapia é uma terapia aberta, que considera que cada situação deve ser avaliada individualmente com base nos valores e no propósito da vida da pessoa, destacando, portanto, a liberdade e a responsabilidade humana diante dessas situações. Logo, podemos aceitar o sofrimento quando não há ações concretas para eliminá-lo, e evitando-o quando é prejudicial:

> Insisto apenas, que o sentido é possível mesmo a despeito do sofrimento – desde que, naturalmente, o sofrimento seja inevitável. Se ele fosse evitável, no entanto, a coisa significativa a fazer seria eliminar sua causa, fosse ela psicológica, biológica ou política. Sofrer desnecessariamente é ser masoquista, e não heroico (Frankl, 1991, p. 138).

Desse modo, o autor deixa claro que o sofrimento não é uma condição indispensável para que alguém encontre sentido na vida. Contudo, ele destaca que, diante de sofrimentos inevitáveis, ainda é possível descobrir propósito e significado, transformando a experiência em uma oportunidade de crescimento pessoal e moral, e este é o objetivo geral do presente estudo. Frankl enfatiza, entretanto, que o sofrimento evitável deve ser enfrentado com ações concretas para eliminar sua causa, seja ela de ordem psicológica ou biológica, pois aceitar passivamente tal sofrimento não é virtude, mas um comportamento associado ao masoquismo. Assim, a sua proposta em encontrar sentido no sofrimento salienta a responsabilidade individual de agir contra o sofrimento inevitável sofrido, o que preserva a dignidade humana e promove um sentido de vida.

No contexto do sofrimento inevitável, um exemplo que ilustra bem essa situação é o padecimento de uma mãe durante um parto normal. Ela aceita a dor, pois encontra um significado para ela: o nascimento de seu filho, que é a única maneira de trazer uma nova vida ao mundo, e a preocupação com o bem-estar da criança (Guimarães, 2012, *apud* Oliveira; Binda, 2023, p. 14).

De forma semelhante, Oliveira e Binda (2023) citam Frankl para apresentar outro exemplo em sua obra que também ilustra a busca por sentido diante do sofrimento. Trata-se de um médico idoso, que perdeu recentemente sua esposa, a quem era muito ligado, e estava enfrentando uma dor profunda. O autor austríaco o questionou sobre o que teria acontecido caso fosse ele quem tivesse morrido, em vez dela. O médico responde que ela teria ficado desesperada. Nesse momento, ele encontra um sentido: “[...] o destino poupou sua esposa de sofrer com sua morte, e ele deveria suportar a dor da saudade (Frankl, 1991, p. 137).

O exemplo do sofrimento inevitável apresentado por Guimarães (2012) e complementado por Oliveira e Binda (2023), demonstra a relevância do sentido na experiência humana diante da dor. A mãe que suporta a dor do parto normal em prol do nascimento de seu filho e o médico idoso que encontra significado no fato de poupar sua esposa de um sofrimento maior refletem a essência da perspectiva frankliana. Em ambos os casos, percebe-se que o sofrimento, quando dotado de sentido, deixa de ser um fardo insuportável e se transforma em uma experiência que pode ser aceita e superada. Isso evidencia a capacidade humana de transcender a dor ao se conectar com valores e propósitos maiores, reafirmando o papel central

do significado no enfrentamento de situações desafiadoras. Trata-se de compreender o propósito do sofrimento, aceitá-lo e transformar a própria atitude frente a essas circunstâncias. Por meio de uma "atitude de vida transformadora, é possível se reconstruir, tal como a Fênix que renasce das cinzas" (Oliveira; Binda, 2023, p. 15).

Ao descrever o modo como buscou enfrentar o sofrimento nos campos de concentração em que viveu, durante a Segunda Guerra Mundial, Frankl (2020, *apud* Oliveira; Binda, 2023, p. 15) destacou o uso da liberdade interior - a única coisa que não pode ser retirada de um ser humano - para adotar a postura que julgava digna de sua humanidade, diante daquela realidade monstruosa. Desse modo, a dor nos oferece duas possibilidades: podemos deixá-la nos destruir ou usá-la para nos tornar mais fortes. Afirmando o que o filósofo ressalta ao buscar a possibilidade de enfrentar a dor: "[...] sofrer não apenas implica agir e crescer, mas também em amadurecer" (Frankl, 2019, p. 302). O ser humano possui a liberdade de decidir como agir e qual postura adotar diante do sofrimento:

> [...] o homem é dependente em matéria de valores criadores e vivenciais, e livre no que refere aos valores atitudinais. Livre "de" todas as condições e circunstâncias e livre "para" a superação interna de seu destino, "para" o sofrimento reto e erguido. Essa liberdade desconhece condições, é uma liberdade "em quaisquer circunstâncias" e até o último alento (Frankl, 2019, p. 302).

Seguindo a ordem da tríade trágica, a culpa é um fenômeno que somente pode ser atribuído àquele que detém responsabilidade. Ao reconhecer sua culpa, enquanto ser livre e responsável, o indivíduo tem a capacidade de buscar a superação dessa culpabilidade. Ao se comprometer com a realização de seu propósito existencial, ele assume o controle de seu destino de maneira digna, almejando não apenas a transformação pessoal, mas também a superação das circunstâncias da vida. Em outras palavras, se o ser humano é livre para cometer erros, ele também é responsável por superar a si mesmo e avançar além da situação de culpa.

Como afirma Frankl (1991, p. 171): "Agora, no entanto, vocês têm a responsabilidade de superar a culpa erguendo-se acima dela, crescendo para além de vocês mesmos e mudando pessoalmente para melhor". Assim, o indivíduo pode manifestar a culpa como arrependimento, o que implica uma correção moral, ou seja, por meio de uma ação interna, o indivíduo tem a capacidade de reparar um ato externo.

Nesse contexto, enquanto terceiro elemento da tríade trágica, a morte também constitui a base da responsabilidade humana. Isso ocorre porque a consciência da finitude humana nos questiona continuamente, confrontando-nos com a limitação temporal da existência. O confronto com a finitude deve levar o indivíduo a uma reflexão constante sobre a maneira como

tem administrado a dádiva da vida que lhe foi concedida:

> [...] porque sempre cada um dos instantes de que a vida é feita está morrendo, e aquele instante nunca mais voltará. Mas porventura não é essa transitoriedade algo que nos estimula e desafia a fazer o melhor uso possível de cada momento de nossas vidas? Certamente sim, e daí surge meu imperativo: Viva como se você estivesse vivendo pela segunda vez e como se estivesse agido tão erradamente na primeira vez como está por agir agora (Frankl, 1991, p. 172).

Ao refletir sobre a transitoriedade da vida, o criador da logoterapia nos convoca a uma profunda revisão acerca do valor de cada momento existencial. Ao afirmar que cada um dos instantes de que a vida é feita está morrendo, ele nos lembra da efemeridade da existência humana, em que cada instante que vivemos é único. Assim, esse caráter irreversível do tempo não é apenas uma constatação trágica, mas também um convite à reflexão sobre como utilizamos o tempo de que dispomos. A transitoriedade, portanto, não deve ser encarada como uma ameaça ou um fardo, mas como um estímulo para viver de forma plena e significativa. Pois, ao sabermos que o tempo é finito e que nenhum momento retornará, somos desafiados a dar o melhor a cada ação, decisão ou experiência.

A responsabilidade humana, portanto, é construída a partir da ação voltada para o futuro, na qual o indivíduo é capaz de fazer escolhas a partir das oportunidades que lhe são apresentadas. Essa ação também implica uma postura otimista em relação ao passado, pois as escolhas realizadas no presente, ao se concretizarem, tornam-se, com o tempo, realidades que permanecem eternamente no passado. Dessa forma, uma vida em imortalidade perderia seu sentido, uma vez que a eternidade impediria o ser humano de cumprir seu propósito, atrasando o desenvolvimento de suas tarefas e possibilidades ao longo de sua existência.

Morte e vida coexistem simultaneamente, e permite que o ser humano execute seu destino antes de ser finalmente consumado. Não há liberdade humana sem esse destino inevitável, pois é por meio desse destino que surge o sentido da vida, com o próprio indivíduo atribuindo uma finalidade ao seu sofrimento. Ao se opor a essa perspectiva, o ser humano se verá imerso no desespero e na infelicidade. Em contraste, é desafiado a confrontar sua essência e o sentido de sua existência diante do sofrimento, rendendo-se aos seus valores e atitudes diante do que é irreversível e inevitável.

O sofrimento, ao convocar o indivíduo para uma resposta que transcenda sua condição atual, oferece a oportunidade de uma transformação pessoal. Trata-se de uma mudança de atitude que permite descobrir que a vida não é destituída de significado. Conforme expressa Frankl (1991, p. 155): “O ser humano tem dentro de si ambas as potencialidades; qual será concretizada depende de decisões e não de condições”. Dessa forma, ao encontrar um propósito

pelo qual vale a pena enfrentar a dor, o ser humano se revela capaz de viver por algo maior. Essa descoberta confere significado ao sofrimento. Tal atitude promove a resiliência diante de circunstâncias inevitáveis, permitindo ao indivíduo encarar o destino com coragem e encontrar sentido mesmo em meio ao sofrimento inevitável:

> No processo de aprendizado e na adversidade, surge a necessidade da resiliência, que se torna a operacionalização para o encontro com o sentido da vida. "O sentido da resiliência, então, é a busca de sentido da vida que se traduz em criatividade, aprendizado, superação, crescimento" (Silveira, 2007, p. 105).

Frankl (1991) ao refletir sobre a capacidade humana de enfrentar situações adversas, cita a famosa frase de Nietzsche: "Quem tem por que viver aguenta quase todo como". Essa perspectiva evidencia que, diante de circunstâncias desafiadoras, encontrar um propósito maior pode transformar a maneira como enfrentamos o sofrimento. Para o autor austríaco, o sentido atribuído às dificuldades não elimina a dor, mas oferece uma base para suportá-la.

Nesse contexto, a logoterapia apresenta-se como um profundo caminho de descoberta do sentido da vida e das verdades inerentes a cada indivíduo, chamando-o a viver e a realizar seu propósito, mesmo diante das dores inevitáveis. Assim, a velhice pode ser vista como sinal de resiliência e superação de muitas lutas do passado enfrentados com dignidade:

> [...] não há razão para ter pena de pessoas velhas. Em vez disso, as pessoas jovens deveriam invejá-las. É verdade que os velhos já não têm oportunidades nem possibilidades no futuro. Mas eles têm mais do que isso. Em vez de possibilidades no futuro, eles têm realidades no passado – as potencialidades que efetivaram, os sentidos que realizaram, os valores que viveram – e nada nem ninguém pode remover jamais seu patrimônio do passado (Frankl, 1991, p. 175).

Fica claro, portanto, que na perspectiva logoterapêutica, o sofrimento não é interpretado de forma pessimista, mas como uma oportunidade ativa de enfrentamento e transformação. Viktor Frankl (1991) ilustra essa ideia ao comparar a vida a um calendário, em que o indivíduo ao longo do tempo destaca cuidadosamente cada folha, anotando os acontecimentos de cada dia. Essas anotações representam as realidades vividas e superadas, e não as possibilidades não concretizadas ou dificuldades insuperáveis. No futuro, ao revisitar essas folhas, o indivíduo pode contemplar com alegria e gratidão a riqueza das experiências acumuladas.

Essas experiências não se limitam apenas as realizações profissionais ou aos amores vividos, mas incluem, sobretudo, os momentos de sofrimento profundo que foram enfrentados com coragem e determinação. É nesses sofrimentos superados que reside a oportunidade de amadurecimento e a descoberta de um sentido para a vida, o que permite que se encontre significado até mesmo na dor. Assim, as dificuldades superadas tornam-se parte essencial da

maturidade e das experiências que no futuro serão reconhecidas como motivo de orgulho, inspiração e realização pessoal ao decorrer da existência.

4 POSSÍVEIS DIFICULDADES AO COMPREENDER O PENSAMENTO DA LOGOTERAPIA E SUA ANÁLISE EXISTENCIAL NA SOCIEDADE CONTEMPORÂNEA

Neste capítulo, abordaremos algumas dificuldades que o cenário ideológico e cultural, que predomina no século XXI, imporá à logoterapia no que diz respeito à sua prática, além da teoria, no que concerne ao entendimento das três formas de encontrar sentido. No decorrer dos capítulos anteriores, percebemos três âmbitos de possibilidades de "atuação sobre o sentido" em busca de uma vida digna que a logoterapia utiliza: o trabalho, o amor e o sofrimento. Entretanto, várias nuances culturais e ideológicas da atualidade implicam um impacto e uma ressignificação do entendimento dessas três formas mencionadas.

Nesse sentido, o consumismo, a tecnologia, o individualismo, a hiperatividade, o excesso de desempenho e a superprodução são algumas consequências de um sistema capitalista que acaba, na prática, trazendo dificuldades para o entendimento correto da logoterapia. Assim, ao falarmos do trabalho que edifica o homem, sendo uma das primeiras possibilidades de sentido, observamos sua eficiência, talento e dignidade ao fazer algo significativo.

Nesse contexto, criticaremos a reflexão sobre o trabalho no século XXI, seguindo a linha de estudos do filósofo sul coreano Byung Chul Han, que se dedicou a analisar as estruturas da sociedade atual para entender como o modelo de produção da última fase do capitalismo trabalha na atualidade e como tem interferido e afetado diretamente na vida das pessoas. O autor sul coreano rebate tais impactos do capitalismo sobre o trabalho com aquilo que Frankl propõe sobre o tema. Partindo da filosofia existencialista e de análises sociológicas, Han tenta entender o vínculo entre os distúrbios psiquiátricos comuns em nossos tempos, como a síndrome de burnout, depressão, ansiedade, o transtorno de déficit de atenção hiperatividade (TDAH) e o ritmo de vida que a sociedade cobra das pessoas. Em sua obra, Han faz uma crítica cultural, afirmando que, no século XXI, vivemos em uma "sociedade do cansaço", em razão do modelo capitalista.

O autor sul coreano observa como o trabalho contemporâneo deixou de ser definido por uma opressão externa, como na sociedade disciplinar descrita por Michel Foucault, para assumir uma forma de auto exploração. A lógica central do trabalho atual não se apoia mais no "dever fazer", mas sim no "poder fazer", criando um cenário onde o indivíduo acredita estar livre, mas, na verdade, se torna prisioneiro de si mesmo. Na sociedade neoliberal, o trabalhador assume o papel de empreendedor de si mesmo. Isso significa que ele não desempenha apenas suas funções, mas também carrega a responsabilidade por sua produtividade, sucesso e fracasso.

Essa autonomia aparente mascara um processo intenso de auto exploração, onde o sujeito se exige constantemente para alcançar mais, ser eficiente e produtivo.

Como consequência, surgem doenças psíquicas que Han classifica como doenças neuronais, típicas dessa era de sobrecarga mental. Nesse sentido, Dejours (1998) afirma que o corpo é a primeira vítima do sistema, explorado e fragilizado pela privação de seu protetor natural, que é o aparelho. Isto é, o corpo humano é a primeira vítima das relações trabalhistas, já que é explorado e fragilizado pelas demandas que ultrapassam seus limites naturais. Isso ocorre porque o sistema observa condições básicas de proteção, como pausas, adequação do ambiente físico e organização das atividades, tratando o corpo como um instrumento de produção. Assim, o trabalhador sofre um desgaste físico e mental que acaba comprometendo sua saúde e qualidade de vida.

A violência da positividade é adquirida da superprodução, super desempenho e da super comunicação, em que essa violência não será mais viral e não apresentará mais nenhuma reação de defesa imunológica, mas sim uma ab-reação neuronal - em outras palavras, uma rejeição. A violência da positividade não admite a inimizade e nem a rejeição, haja vista que essa sociedade é permissiva, receptiva e pacífica, sem conflitos. É tolerante aos erros e falhas dos seus habitantes. Essa violência positiva é invisível e mais perigosa do que a violência viral. Logo, não tendo essa inimizade - que trará a imunologia -, surgirá a violência neuronal:

> Tanto a depressão quanto TDAH ou a SB apontam para um excesso de positividade. A SB é uma queima do eu por superaquecimento, devido a um excesso de igual. O hiper da hiperatividade não é uma categoria imunológica. Representa apenas uma massificação do positivo (Han, 2017 p. 20 - 21, grifos do autor).

Logo, a positividade do poder será mais eficiente do que a negatividade do dever, da obediência de Michel Foucault, uma vez que o sujeito do desempenho é mais rápido e produtivo do que o sujeito da obediência do pensador francês. O sujeito do desempenho carrega consigo a disciplina, continua sendo disciplinado, mas agora essa disciplina é adestrada por ele mesmo, no seu interior, sendo seu próprio administrador, a fim de ser mais produtivo e eficiente: “A sociedade disciplinar ainda está dominada pelo não. Sua negatividade gera loucos e delinquentes. A sociedade do desempenho, ao contrário, produz depressivos e fracassados” (Han, 2017, p. 24 - 25).

Desse modo, o homem depressivo é o *animal laborans* que explora a si mesmo sem achar estranho que suas ações muitas vezes possam ser contra sua vontade, mas, mesmo assim, exercita esse movimento, por estar inserido na dinâmica aparentemente inescapável da auto exploração, sendo explorador, agressor e vítima de si mesmo. Nesse contexto, a crítica de Han

se refere ao excesso de positividade que domina a cultura do trabalho. As ideias de que “nada é impossível” e que “o esforço individual é suficiente para o sucesso” geram uma pressão constante para o alto desempenho e o alcance de resultados.

Essa lógica elimina os limites entre trabalho e lazer, especialmente com o uso da tecnologia, que mantém o trabalhador conectado às demandas profissionais a qualquer hora e lugar. Assim, o indivíduo carrega consigo *slogans* como “trabalhe enquanto eles dormem”, entre outras frases motivacionais que os famosos *coachs* reproduzem na sociedade para vender propostas mirabolantes de sucesso, uma nova forma do capitalismo para o lucro fácil e sem compromisso.

Contudo, ao carregar toda essa positividade, o indivíduo acaba entrando em guerra consigo mesmo e adquirindo doenças neuronais, pois está constantemente em uma competição interna, por achar-se “livre, já que não está submisso a ninguém, somente a si”, quando, de fato, tem uma falsa sensação de liberdade. Essa liberdade se mostra paradoxal, pois ele se vê livre para a auto exploração, que vem a ser mais eficiente do que a exploração de um outro sobre si, justamente em razão do sentimento de liberdade pessoal que aparenta possuir:

> Nessa sociedade coercitiva, cada um carrega consigo seu campo de trabalho. A especificidade desse campo de trabalho é que somos ao mesmo tempo prisioneiro e vigia, vítima e agressor. Assim, acabamos explorando a nós mesmos. Com isso, a exploração é possível mesmo sem senhorio (Han, 2017, p. 47).

Todas essas dinâmicas estão relacionadas ao modelo de produção capitalista contemporâneo, que transforma tudo - inclusive as pessoas - em mercadorias. Nesse sistema, as relações humanas são fragmentadas e a competitividade constante impede a formação de vínculos comunitários sólidos. Para o autor sul coreano, a violência que antes era imposta externamente por sistemas de controle era internalizada. Agora, o trabalhador é seu próprio algoz, se sobrecarrega e se culpa por qualquer falha.

Num contexto diverso encontram-se as propostas de Frankl em relação ao trabalho. Observamos que ele considera o trabalho como um dos meios essenciais para a busca por significado. O valor do trabalho não está apenas em sua função econômica ou na conquista de status social, mas sim na oportunidade que ele oferece como possibilidade de que o indivíduo contribua com algo significativo para si mesmo e para os outros. A possibilidade de autocriação e do alcance de um propósito significativo por meio do trabalho estão intimamente ligados à realização de um sentido maior, que transcende o indivíduo, mostrando assim sua relevância específica, independentemente de sua função no sistema produtivo opressor:

> [...] quando o ser humano contempla os valores estéticos (natureza, trabalho e arte) denomina-se valores vivenciais. Nessa categoria valorativa, o ser humano está recebendo algo do mundo. Não apenas na contemplação e no encontro com um tu, a pessoa encontra sentido, mas quando cria uma obra e a entrega ao mundo; ou seja, na dimensão do homo faber, encontra-se os valores criativos. Toda obra artística, bem como toda obra científica, expressa a capacidade especificamente humana de agir sobre o mudo e transformá-lo (Aquino, 2013, p. 60).

A citação explora como o ser humano encontra sentido na vida através de sua interação com o mundo, tanto ao receber quanto ao criar. Ao contemplar o trabalho, a natureza ou a arte, o indivíduo experimenta os chamados valores vivenciais, onde ele se conecta com o que é belo e significativo. Por outro lado, ao criar algo - seja uma obra artística, científica ou de qualquer outra natureza - ele expressa sua capacidade humana de agir sobre o mundo e transformá-lo, algo que é descrito pelos valores criativos. Assim, ao criar, o ser humano não apenas responde ao que o mundo oferece, mas também contribui ativamente para a construção de novos significados, refletindo a essência do *homo faber* (homem criador). Ao criar algo significativo no trabalho, uma obra de arte ou uma descoberta, o ser humano demonstra sua capacidade única de transformar o mundo ao seu redor, e reflete sua essência como *homo faber*, dando sentido ao trabalho e à sua realidade.

No entanto, no cenário apontado por Han, percebe-se a dificuldade em reconhecer o papel transcendente do trabalho tal como proposto na visão de Frankl, pois em Han o trabalho acaba perdendo essa dimensão de propósito. A sociedade atual marcada pela cultura de produtividade extrema, muitas vezes desumaniza o trabalho, transformando-o em uma mera troca de tempo por dinheiro ou em um fim em si mesmo. Nesse contexto, o sentido do trabalho fica comprometido, pois o trabalhador perde a conexão com seus próprios valores, focando apenas em metas externas e mensuráveis.

Para Frankl, encontrar significado no trabalho, independentemente da natureza específica da ocupação, era crucial para a realização pessoal, pensando também no outro e em como as tarefas poderiam ajudar o sujeito no processo de sentido. Entretanto, com os novos modelos operacionais do capitalismo, acaba-se desconfigurando a imagem do trabalho e sua realização como o propósito significativo que possui na visão frankliana.

Nesse contexto, é importante destacar outro aspecto da teoria de Frankl que apresenta desafios para ser plenamente compreendido nos dias atuais: o amor como propósito de vida. O autor valorizava a importância do amor, tanto no aspecto do homem que ama quanto do homem criativo. Desse modo, compreendia os relacionamentos interpessoais como fontes cruciais de significado na vida. Para o pensador austríaco, o amor oferece uma razão para viver. Ele acreditava que conexões emocionais genuínas e relações autênticas são fundamentais para a

busca de sentido na existência. No entanto, não usava de clichês quando se referia a tal sentimento, pois sabia das suas, por vezes contraditórias, faces e nuances, e de como é a natureza humana, não sendo assim um otimista iludido em suas abordagens: "[...] não seria o suficiente referir-nos a pessoas decentes? É verdade que elas formam uma minoria. Mais que isso, sempre serão uma minoria" (Frankl, 1991, p. 175).

Na sociedade contemporânea, o amor tem perdido seu significado profundo e se tornado mais superficial, funcionando muitas vezes como um objeto de consumo ou algo efêmero, conforme apontava Zygmunt Bauman. Ele argumentava que vivemos em um mundo líquido, onde as estruturas sociais, as relações e as instituições são mais instáveis e mutáveis do que em épocas anteriores. O que antes era sólido e duradouro, cedeu espaço, na modernidade, a uma era marcada pela impermanência. No contexto do século XXI, o amor, enquanto um dos elementos essenciais de significado para o viver, tem perdido sua relevância e profundidade. A fluidez característica das relações sociais atuais contrasta com os vínculos estáveis e compromissos mais duradouros do passado. Hoje, as relações interpessoais são frequentemente voláteis, sujeitas a mudanças rápidas, e muitas vezes vistas como descartáveis. Em busca de satisfação pessoal, muitos tratam os relacionamentos como produtos que podem ser substituídos por outros que prometam maior felicidade.

Apresentada assim, essa dinâmica identificada por Baumann poderia vir a contradizer ou, ao menos, tornar extremamente rarefeita a visão de amor defendida por Frankl. Segundo o autor austríaco, quem ama reconhece a singularidade do outro, enxergando-o como um "tu" em sua totalidade e originalidade, uma vez que afirma: "[...] quem ama concebe o amado em sua singularidade e originalidade, vê-se que o amado é, para quem ama, um 'tu' " (Frankl, 2019, p. 78).

Ao retratar o *Eros*, representado pelo "outro", em uma relação de alteridade, Han a descreve como capaz de permitir não apenas o usufruto do outro para interesses ou realizações pessoais, mas também a doação de si como uma dádiva que um faz a um semelhante. Ele ressalta que, contudo, "[...] nos últimos tempos tem-se propagado o fim do amor. Hoje o amor estaria desaparecendo por causa da infinita liberdade de escolha, da multiplicidade de opções e da coerção de otimização. Num mundo de possibilidades ilimitadas, o amor não tem vez" (Han, 2017, p. 7).

Nas sociedades contemporâneas, caracterizadas pelo consumo, pela busca incessante por alto desempenho e pelo desgaste emocional, a diversidade das relações humanas é substituída pela uniformidade, ou pelo "inferno do igual" que sufoca a alteridade. Nesse contexto, o *Eros*, entendido como a relação profunda e significativa com o outro, enfraquece e

entra em crise. Isso ocorre porque este sentimento está enraizado em uma conexão que vai além das exigências de produtividade e controle. Como aponta o autor, o *Eros* é "[...] precisamente uma relação com o outro, que se radica para além do desempenho e do poder" (Han, 2017, p. 13).

De acordo com Bauman (2004) o amor também assume uma forma líquida, pois amar diz respeito à auto sobrevivência por meio da alteridade. Ademais, ele explica ainda que: "[...] no amor, o eu é, pedaço por pedaço, transplantado para o mundo. O eu que ama se expande doando-se ao objeto amado" (Bauman, 2004, p. 20). Com essa desvalorização das relações profundas, cresce a apatia e a dificuldade em buscar um sentido por meio do amor.

O amor autêntico, que gera empatia e une as pessoas em uma conexão singular, está sendo substituído por vínculos efêmeros e fragmentados. Frankl também ressalta que "[...] o amor é um relacionamento individualizado com um parceiro, e um constante trocar de parceiros é a sua negação" (Frankl, 2019, p. 79). Esse cenário é amplamente influenciado por fatores como o consumismo, a tecnologia e o individualismo exacerbado, que levam à agonia do *Eros*, sendo características de um sistema capitalista que tende a reduzir as relações humanas a trocas utilitárias, em um mundo cada vez mais marcado pela fluidez e pela desconexão, pois: "Quando o amor é profanado, hoje, e transformado em sexualidade, o traço universal do Eros também se retira dele" (Han, 2017, p. 75).

Sendo assim, ao observar o grau de possibilidades ilimitadas de parceiros, acaba influenciando e retraindo nossa capacidade de ter uma relação de alteridade, já que ao mesmo tempo que se abrem as possibilidades, acabamos sendo mergulhados no "inferno do igual". Embora estejamos conectados a muitas pessoas, esses contatos não necessariamente nos capacitam a lidar com as necessidades, problemas ou contribuições do outro. Pelo contrário, no universo das redes sociais, somos frequentemente expostos a um ambiente onde predominam semelhanças. Os algoritmos filtram e selecionam categorias de indivíduos que compartilham características, comportamentos e preferências semelhantes aos nossos, limitando o encontro com a verdadeira alteridade e a diversidade genuína.

A experiência erótica, segundo Han, está relacionada à capacidade de se conectar verdadeiramente com o outro. Para ele, o conceito de erótico vai além do campo sexual, sendo entendido como um afeto baseado na alteridade. Essa vivência pressupõe dois elementos centrais: a assimetria e a exterioridade do outro: "No inferno do igual, que vai igualando cada vez mais a sociedade atual, já não mais nos encontramos, portanto, com a experiência erótica. Essa experiência pressupõe a assimetria e exterioridade do outro" (Han, 2017, p. 8).

A assimetria se refere à busca por alguém que seja diferente de nós, que possua

características contrastantes com as nossas. Isso contrasta com as interações promovidas pelas redes sociais e aplicativos de relacionamento, que frequentemente reforçam o que Han chama de “inferno do igual”. No ambiente das plataformas digitais, o outro é moldado para refletir nossas preferências e demandas, eliminando o encontro genuíno com a alteridade. A exterioridade, por sua vez, diz respeito ao outro que existe fora das bolhas digitais. No entanto, as dinâmicas digitais transformam esse outro em uma extensão do próprio eu, reduzindo-o a um espelho que atende às expectativas e desejos subjetivos do sujeito. Assim, o outro deixa de ser realmente outro e se torna apenas uma confirmação do ego, perpetuando o inferno do igual.

Logo, para Han, o verdadeiro *Eros* implica um encontro autêntico com o outro como alguém efetivamente distinto, que não compartilha o mesmo horizonte de expectativas que nós. Esse outro não existe para simplesmente satisfazer nossas demandas ou reforçar nossa visão de mundo, mas se apresenta como um ser exterior, com sua própria alteridade e singularidade. É essa relação assimétrica e genuína que oferece ao *Eros* seu significado mais profundo, rompendo com a homogeneidade e a repetição promovidas pelo mundo digital:

> Hoje em dia, o amor é positivado numa formula de fruição. Ele precisa gerar sentimentos agradáveis. Ele não é uma ação, uma narração, nem sequer é mais um drama; antes, não passa de emoção ou excitação inconsequente. Está livre da negatividade da vulneração, do assalto ou da derrocada. [No amor], decair já seria muito negativo. Mas é precisamente essa negatividade que perfaz o amor: “O amor não é uma possibilidade, não é devido a nossa iniciativa; ele é sem razão, ele se precipita sobre nós e nos fere”. A sociedade do desempenho, dominada pelo poder, onde tudo é possível, onde tudo é iniciativa e projeto, não tem acesso ao amor enquanto vulneração e paixão (Han, 2017, p.29).

Podemos observar claramente a crítica que Han faz à superficialidade do amor na sociedade atual, em que ele é reduzido a prazer e emoção imediata, desprovido da profundidade de uma experiência transformadora. O filósofo argumenta que o amor verdadeiro envolve vulnerabilidade, paixão e impacto de nos ferir, algo incompatível com a lógica da sociedade do desempenho, que privilegia o controle, a iniciativa e os projetos, rejeitando o risco e a imprevisibilidade do amor autêntico. Desse modo, Viktor Frankl (1991) afirma que o amor é a única maneira de compreender outro ser humano em sua essência mais íntima. No entanto, em uma cultura que negligencia o amor enquanto vulnerabilidade e entrega, como aponta Han, os fundamentos da logoterapia acabam enfrentando resistência em sua compreensão no contexto atual, em que o amor foi limitado a emoção inconsequente e egoísta.

Segundo Han, a depressão também advém da dificuldade de lidar com a alteridade do outro, sendo uma doença narcisista, pois ela não é um excesso de alteridade e confronto com o outro, pelo contrário, é um excesso de si mesmo, em que o indivíduo está ensimesmado com

perspectivas de sucesso, realização e desempenho na sociedade, ou seja, sendo egoísta. O que o leva a ver o outro apenas como instrumento para seus desejos egoístas e para o seu desempenho pessoal. O sujeito não consegue mais estabelecer relações verdadeiras com outros indivíduos, e acaba vivendo apenas em relações líquidas, já que não existe essa alteridade:

> Amar significa abrir-se ao destino, a mais sublime de todas as condições humanas, em que o medo se funde ao regozijo num amálgama irreversível. Abrir-se ao destino significa, em última instância, admitir a liberdade no ser: aquela liberdade que se incorpora no Outro, o companheiro no amor (Bauman, 2004, p. 18).

Para Bauman, em sua alteridade, o outro é necessário no amor, mas está a desaparecer no amor líquido da sociedade contemporânea, pois as relações e vínculos entre humanos estão cada vez mais frágeis e delicadas. Os relacionamentos atuais não abrem espaço às conectividades e à alteridade do outro, e os compromissos acabam sendo irrelevantes. Somando as ideias de Baumann ao pensamento de Han, de diagnósticos similares, acabamos com a impressão de que não conseguiremos mais desenvolver relações sólidas e estáveis com outras pessoas, ficando condenados ao ensimesmamento, pois, como destaca Han, o sujeito narcísico depressivo dos tempos atuais está esgotado e fatigado em si e de si mesmo, já que faz tudo voltar para seus próprios problemas e conflitos:

> O sujeito de hoje, voltado narcisicamente ao desempenho, está à busca de sucesso. Sucesso e bons resultados trazem consigo uma confirmação de um pelo outro. Ali, o outro, que é privado de sua alteridade, degrada-se em espelho do um, que confirma a esse em seu ego (Han, 2017, p. 10-11).

Vale ressaltar também a respeito de como o sofrimento é visto e entendido no âmbito social atual. Seguindo o mesmo pensamento de Han, que apresenta um cenário totalmente afastado de qualquer que seja a dor e o sofrimento na sociedade contemporânea. A "sociedade paliativa", como denomina o filósofo, persiste em afastar tudo o que é desconhecido e estranho, no qual inclui principalmente o sofrimento e a dor: "Hoje impera por todo lugar uma algofobia, uma angústia generalizada diante da dor. Também a tolerância à dor diminui rapidamente. A algofobia tem por consequência uma anestesia permanente" (Han, 2021, p. 9-10).

A algofobia para Han tem em foco o que ele considera uma característica central da sociedade contemporânea: a exclusão sistemática do sofrimento das situações de vida que poderiam trazer um benefício. A citação anterior ilustra uma mudança cultural significativa, em que a dor, antes vista como parte intrínseca e evidente da existência humana, é agora tratada como algo negativo. Pois, para a sociedade, o indivíduo que sofre desempenha um sinal de fraqueza e desconforto em meio a cultura do desempenho. Como afirma Han (2021, p. 11),

“[...] vivemos em uma sociedade da positividade, que busca se desonerar de toda forma de negatividade. A dor é a negatividade pura e simples”, já que apenas o positivo prevalece e é visto como algo bom, que exclui toda negatividade e foge do destino do sofrimento inevitável.

O termo algofobia, aqui, expressa mais do que um simples medo da dor, uma vez que aponta para uma intolerância cultural ao desconforto, que se manifesta em diferentes dimensões da vida moderna, como a medicalização excessiva, a busca por conforto instantâneo e a recusa em enfrentar desafios emocionais ou existenciais. Essa postura gera, segundo o pensador sul coreano, uma anestesia permanente, que não apenas neutraliza a dor, mas também empobrece a experiência humana, pois priva o indivíduo da possibilidade de crescimento e aprendizagem que pode emergir do sofrimento, algo que observamos na logoterapia.

Desse modo, ao afirmar que vivemos em uma sociedade da positividade, Han aponta para a característica contemporânea dessa sociedade de buscar, a todo custo, evitar a negatividade, como a dor e o sofrimento, consideradas barreiras ao bem-estar e à produtividade. Nesse contexto, a mínima dor é uma experiência disfuncional que deve ser eliminada ou ignorada, o que empobrece a compreensão mais profunda da existência humana. Essa característica entra em evidente conflito com os princípios da logoterapia, desenvolvida por Frankl, que enxerga o sofrimento como um dos pontos de partida para a busca de sentido. Para a abordagem frankliana, o sofrimento não é algo a ser descartado, mas, sim, integrado como parte do processo de autorreflexão e transcendência, essencial para o desenvolvimento de uma vida plena e significativa.

Com efeito, a perspectiva justa diante da questão é oposta à que caracteriza as sociedades contemporâneas, pois “[...] o homem não tende a evitar tensões a qualquer preço, pelo contrário, o homem precisa de tensões” (Frankl, 2019, p. 70). As tensões são necessárias ao homem porque somente elas podem ajudar no fortalecimento de sua saúde mental:

> A sociedade industrial satisfaz praticamente todas as necessidades do homem, e a sociedade de consumo procura criar necessidades. Mas há uma necessidade que não sai satisfeita: a necessidade de sentido – quer dizer, sua vontade de sentido. Essa vontade de sentido só é frustrada nas condições sociais de hoje! E não somente pela sociedade do bem-estar, mas também pelo estado do bem-estar social (Frankl, 2019, p. 71).

A crítica de Frankl espelha o aspecto cultural descrito por Han, mas o faz em uma chave existencialista e humanista. O autor austríaco aponta que, embora as sociedades industriais e de consumo tenham a capacidade de satisfazer necessidades materiais - e até de criar necessidades artificiais -, deixam insatisfeita uma dimensão essencial da existência humana: a necessidade de sentido. Para ele, a vontade de sentido é frequentemente frustrada pela ênfase excessiva no bem-estar material e no conforto imediato, o que não contempla a profundidade das demandas

existenciais do ser humano. Esse vazio, que Frankl denomina de “vazio existencial”, é agravado em sociedades que suprimem o confronto com o sofrimento, considerando-o algo inútil ou inadequado: “Seja feliz é a nova fórmula da dominação. A positividade da felicidade reprime a negatividade da dor. Como capital positivo, a felicidade deve garantir uma capacidade para o desempenho ininterrupto” (Han, 2021, p, 26).

Ao afirmar que “seja feliz é uma nova fórmula de dominação”, o autor faz uma crítica à forma como a felicidade foi transformada em uma ferramenta de controle na sociedade contemporânea. Nessa lógica, a felicidade se torna um “capital positivo”, utilizado para sustentar uma produtividade contínua, enquanto o sofrimento é sistematicamente excluído ou silenciado. Essa exclusão impede o indivíduo de desenvolver uma capacidade autêntica de lidar com o sofrimento, essencial para o amadurecimento e à reflexão sobre a própria existência. Assim, a repressão da negatividade da dor, conforme apontado por Han, revela uma cultura que valoriza apenas aquilo que impulsiona o desempenho, desqualifica experiências de vulnerabilidade e dificuldade como improdutivas ou indesejáveis, excluindo a possível busca de sentido por meio do sofrimento.

Logo, ao negar a legitimidade do sofrimento, a sociedade da positividade não apenas aliena o indivíduo de sua condição humana, mas também o priva de ferramentas para enfrentar e ressignificar sua dor, uma vez que o fato de lidar com o sofrimento, segundo Han (2021, p. 30) afirma, “[...] é interpretado como resultado do próprio fracasso”. São observados preconceitos, fraquezas e uma vulnerabilidade negativa no que diz respeito ao desempenho social:

> Uma marca fundamental da experiência da dor atual consiste na dor ser percebida como desprovida de sentido. Não há mais referências de sentido que, em vista da dor, deem suporte e orientação. A arte de sofrer a dor se perdeu inteiramente para nós. A medicalização e a farmacologização exclusivas da dor destroem o programa cultural da superação da dor (Han, 2021, p. 41).

Em sua relação com a dor, o sofrimento é totalmente excluído da sociedade contemporânea, que não oferece tempo nem espaço para reflexão e superação. Em vez disso, a dor é frequentemente abordada com medicamentos e soluções prontas, destinadas apenas a aliviar a tensão e o desconforto que ela provoca, superando o sofrimento com soluções e fórmulas prontas que a sociedade do desempenho oferece. Nesse sentido, o indivíduo não vivencia o processo de superação e aprendizado necessários, uma vez que, ao se deparar com novas adversidades, ele pode não estar preparado para enfrentá-las, perpetuando um ciclo vicioso de fuga.

Esse padrão de fuga impede o enfrentamento das situações, que, muitas vezes, são oportunidades indispensáveis de crescimento e aprendizado. É nesse enfrentamento que reside a possibilidade de encontrar sentido e propósito, transformando a dor em um elemento significativo para o futuro. Já que, "[...] a dor certamente faz parte das coisas que não desaparecem. Ela apenas muda a sua forma de manifestação" (Han, 2021, p. 53).

Dessa forma, evidencia-se a persistência do sofrimento na experiência humana. Ainda que as suas expressões se transformem ao longo do tempo, há uma necessidade de compreender a dor não como algo a ser eliminado, mas como parte da existência que deve ser enfrentada e ressignificada: "[...] a dor não pode ser levada ao desaparecimento [...] Se ela é colocada em segundo plano, desse modo, ela se assoma ocultamente em um 'capital invisível', que 'se aumenta com juros e juros" (Han, 2021, p. 55).

Essa metáfora sugere que a dor reprimida não desaparece, mas retorna de maneira ainda mais intensa, manifestando-se de diferentes formas, como ansiedade, vazio existencial, depressão ou crises de significado. A tentativa de evitar a dor, seja por meio de estratégias de anestesiamento emocional ou soluções rápidas e paliativas, impede o indivíduo de enfrentar o sofrimento inevitável e de integrá-lo como uma parte essencial do processo de aprendizagem e amadurecimento:

> Hoje, não estamos dispostos a nos expor à dor. A dor, entretanto, é uma parteira do novo, uma parteira do inteiramente outro. A negatividade da dor interrompe o igual. Na sociedade paliativa como inferno do igual, nenhuma fala da dor, nenhuma poética da dor é possível. Ela permite apenas a prosa do bem-estar, a saber, a escrita à luz do sol (Han, 2021, p. 73).

Ao evitar a dor, também estamos impedindo o surgimento do novo e a transformação profunda. Na citação anterior, para Han, a dor tem um caráter de rompimento, pois quebra a reprodução do igual e abre espaço para o que é completamente diferente. No entanto, em uma sociedade paliativa, que prioriza o bem-estar e o conforto, a dor é silenciada. Isso reduz a experiência humana a uma busca incessante por prazer e satisfação, como se a vida fosse apenas uma "escrita à luz do sol", como diz o autor, uma vida sem profundidade. Assim, ao negar a dor inevitável, a sociedade perde a oportunidade de enfrentá-la, o que impede o desenvolvimento de uma reflexão mais profunda sobre o sentido da vida e suas complexidades, já que a sociedade paliativa tenta aniquilar o sofrimento para preservar o bem estar:

> A dor estremece as referências de sentido habituais e obriga o espírito a uma mudança radical de perspectiva, que faz com que tudo apareça sob uma nova luz. Em oposição ao prazer, a dor põe em movimento um processo de reflexão. Ela fornece para o espirito uma "clareza dialética por excelência" (Han, 2021, p. 80).

Sendo assim, a dor, desempenha um papel fundamental na transformação da percepção e na construção do pensamento reflexivo. Ao abalar as referências habituais de sentido, faz com que o indivíduo tenha uma mudança de perspectiva ao adotar uma nova interpretação sobre a realidade. Diferente do prazer, que mantém o sujeito em um estado de continuidade e conforto, o sofrimento impulsiona um processo de reflexão profunda, permitindo uma compreensão mais ampla da existência. Nesse sentido, a dor adquire um valor dialético desempenhando um papel filosófico, pois permite que o espírito alcance uma compreensão mais refinada da realidade. Ou seja, ao invés de ser apenas um sofrimento passivo, a dor pode ser um catalisador para a autotransformação e para uma visão mais profunda da existência, o que favorece o desenvolvimento de uma consciência mais crítica.

Han destaca a importância da dor como motor de transformação e inovação. Ao afirmar que, "[...] sem dor, também não há nenhuma revolução, nenhuma irrupção do novo, nenhuma história" (Han, 2021, p. 81), o autor sugere que o sofrimento gera mudanças profundas, tanto no âmbito individual como no social. A dor, nesse contexto, não deve ser vista apenas como algo negativo, pois é através do desconforto e da insatisfação que surge a necessidade de transformar realidades condicionais, propondo que a dor, ao quebrar o que é familiar, crie condições para que se avance e que novos caminhos sejam trilhados. Ao invés de negar ou eliminar a dor, deveríamos aprender a integrá-la, registrando nela uma chave para o crescimento e pela busca de sentido, como defende Frankl na citação a seguir:

> Sofrer significa agir e significa crescer. Significa igualmente amadurecer. O indivíduo que se eleva acima de si mesmo avança para a maturidade. Sim, o verdadeiro produto do sofrimento é, afinal de contas, um processo de maturidade. A maturidade pressupõe, todavia, que o indivíduo tenha alcançado uma liberdade interior, malgrado sua dependência exterior. [...] Situações externas levam o homem a alcançar tanto a liberdade interior quanto a maturidade (Frankl, 2019, p. 302).

Observamos que a sociedade contemporânea caminha para uma substituição da capacidade de resiliência e enfrentamento por mecanismos paliativos que evitem o contato com o desconforto. Essa prática, longe de eliminar a dor de maneira definitiva, resulta em uma superficialidade existencial, na qual as pessoas se tornam incapazes de lidar com questões mais profundas e complexas. Ao mesmo tempo, traz implicações éticas e práticas. Tendo em vista que, a redução da tolerância à dor pode refletir uma visão utilitarista da existência, em que o valor da vida é medido pela ausência de sofrimento em vez de uma possível busca de sentido nele.

Ademais, o pensador sul coreano, em seus estudos, não apenas critica a cultura

contemporânea, mas também acaba nos desafiando a reavaliar nossa relação com a dor, reconhecendo-a como uma dimensão específica e, muitas vezes, necessária para uma vida autenticamente vivida:

> A vida sem dor e com felicidade permanente não será mais uma vida humana. A vida que persegue e expulsa a sua dor suspende a si mesma. Morte e dor são inseparáveis. Na dor, antecipa-se a morte. Quem deseja eliminar toda dor também terá que acabar com a morte. Mas a vida sem morte e dor não é uma vida humana, mas sim morta-viva. O ser humano se desfaz, a fim de sobreviver. Ele alcançará, possivelmente, a imortalidade, mas ao custo de sua vida (Han, 2021, p. 115).

Fica claro, portanto, que ao desejar erradicar a dor e o sofrimento, a sociedade moderna acaba por suspender o próprio processo vital, buscando uma imortalidade que, embora preserve a existência física, negaria a essência da vida humana. Nesse sentido, o autor sugere que, ao tentar eliminar a dor e a morte, o ser humano estaria sacrificando o que é mais essencial para sua humanidade, transformando-se em um morto-vivo. Ademais, a morte está intrinsecamente ligada à vida, pois representa um constante processo de morrer, no qual cada instante de nossa existência é transitório, passa e se dissipa.

5 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Fica claro, portanto, que o presente trabalho buscou conhecer, a partir da visão da logoterapia do pensador austríaco Viktor Frankl, o papel do sofrimento na busca humana de sentido, analisado a partir de suas obras, que foram divididas em três partes para a apresentação do tema proposto.

Na primeira parte, ressaltamos sobre a antropologia filosófica frankliana, em que o pensador austríaco busca refletir sobre a condição humana. Para ele, esse homem representa uma unidade singular em sua pluralidade, uma totalidade composta pelas dimensões bio-psico-espiritual (noética), sendo uma sistematização integrada, dependente e interligada. Logo, busca superar as visões reducionistas ao explorar a dimensão noética, revelando os fenômenos autênticos do homem, já que apenas ele é dotado desta dimensão e pode transcender certas condições.

Dessa forma, a dimensão espiritual é a esfera do sentido da vida que se caracteriza pela vontade de sentido que o ser humano possui, pode ir além das reações do psiquismo para um propósito maior, ou seja, uma vontade de sentido que permite transcender as respostas do psiquismo. Assim, o corpo possibilita, a mente realiza e o espírito dá sentido, traz propósito para a vida e integra nossa essência não material. Se algo é possível fisicamente, também pode ser realizado psiquicamente, movido pela necessidade espiritual em que será capaz de transformar possibilidades em realidades.

Ao analisar os três princípios da logoterapia, ressalta-se, de início, “a liberdade da vontade”, em que o ser humano é consciente, livre e responsável por suas escolhas. Apesar das circunstâncias ao seu redor, ele tem a liberdade de decidir como reagir, exercendo essa liberdade pela sua dimensão espiritual. Isso o torna responsável pelos resultados de suas escolhas. Ele não se limita às condições externas ou internas e pode escolher sua essência, superar desafios e ir além de suas necessidades físicas, algo que o permite realizar a autotranscedência e assumir suas decisões, mesmo em momentos difíceis.

No segundo princípio, “a vontade de sentido”, relata a busca que todos temos para encontrar propósito na vida, um fator decorrente da condição humana, algo essencial para nossa sobrevivência. Diferente dos animais, o ser humano tem uma necessidade natural de dar sentido à própria existência, que tem origem durante a puberdade e nos acompanhará pela vida. Segundo Frankl, a busca pelo sentido da vida é única para cada pessoa e traz a responsabilidade de fazer escolhas que ajudem a encontrar esse sentido, o que é essencial para satisfazer nossos desejos mais profundos. Embora possa gerar um vazio e conflitos internos, é essa tensão entre

o que somos e o que deveríamos ser que é fundamental para nossa saúde mental. Mesmo em tempos difíceis, Frankl acredita que podemos encontrar um propósito na vida.

A terceira concepção da logoterapia, é “o sentido da vida”, que não é algo universal, mas algo que cada pessoa deve descobrir. O importante não é encontrar um sentido abstrato, mas sim descobrir o propósito específico de cada pessoa em determinado momento. Frankl acredita que o sentido pode ser encontrado em qualquer situação, envolvendo o cumprimento e realizações de valores, através de três formas: 1) trabalhando, ou seja, criando ou praticando algo; 2) amando, seja por uma experiência ou por outra pessoa; e 3) suportando o sofrimento, pela forma como lidamos com ele.

Na segunda parte, buscou-se discutir sobre o significado do sofrimento humano, a partir do qual partimos da seguinte pergunta: se a vida tem sentido, o sofrimento também terá? Desse modo, o homem é atraído pelo que realmente tem valor, pois desperta a vontade de sentido, até mesmo sendo em meio ao sofrimento inevitável. Sendo este, o que o ser humano possui de mais humano, e que o possibilita de ser capaz de enfrentar certas condições, independentemente de quais surgirem. O sofrimento não retira o sentido da vida, pois mesmo em momentos difíceis, podemos encontrar um propósito por meio da nossa postura diante da situação. A dor inevitável é vista como uma oportunidade de crescimento e superação, para que, assim, possamos exercitar a nossa capacidade de autotranscedência.

Ao afirmar que o homem é um *homo patiens*, um ser que sofre e que vivencia o sofrimento em sua existência, ele poderá adotar uma postura significativa frente a uma situação adversa, buscando ir além da condição, o que permite que desvie o foco de suas próprias limitações e preocupações. Entretanto, como foi discutido, o homem que sofre não tem o poder de alterar completamente suas situações externas. Na verdade, ele possui a liberdade de transformar sua resposta interior a essas condições, decidindo qual atitude tomará, além de ganhar profundidade e sentido ao encarar a dor com uma atitude otimista.

Ao ressaltar sobre o conceito de otimismo trágico definido como a capacidade de permanecer otimista apesar dos aspectos difíceis, destaca-se os três elementos da tríade trágica em que o indivíduo permanece com uma postura otimista apesar das condições: dor, culpa e a morte. Desse modo, o sofrimento pode ser convertido em realização humana, ao ser enfrentado com coragem e resiliência; a culpa pode ser vista como um estímulo para mudanças positivas; e a consciência da morte pode inspirar ações mais responsáveis e significativas ao longo da vida. Emerge aí a importância da resistência e da resiliência, pois ajudará o homem a encontrar motivos que favoreçam a descoberta de valores para além das visões temporariamente limitadas, avançando além das dificuldades

No terceiro capítulo, discutimos as possíveis dificuldades na compreensão do pensamento da logoterapia e da análise existencial na sociedade contemporânea. Paralelamente, comparamos as visões de Viktor Frankl e Byung-Chul Han sobre trabalho, amor e sofrimento, analisando como os aspectos apontados pelo logoterapeuta na busca de sentido podem se distanciar dos significados atribuídos a esses conceitos na atualidade a partir dos estudos do pensador sul coreano.

O trabalho, descrito por Frankl como a principal fonte de sentido da vida, contrasta com uma visão contemporânea influenciada pelo consumo, tecnologia e hiperprodutividade. Antes visto como um fator de edificação humana, hoje se tornou instrumento de autoexploração. Han analisa essa mudança ao associar o ritmo acelerado da sociedade às crescentes doenças psíquicas, caracterizando a "sociedade do cansaço".

Na sociedade disciplinar de Foucault, o trabalho era imposto externamente, agora, a pressão é interna, fazendo o indivíduo crer que é livre, quando, na verdade, se torna prisioneiro de si mesmo. A busca incessante pela produtividade e sucesso elimina qualquer tolerância ao fracasso ou à negatividade. Assim, o poder da positividade supera a imposição do dever, tornando o sujeito do desempenho mais produtivo do que o disciplinado pela obediência. No entanto, essa eficiência extrema resulta em um controle interno rígido, no qual o indivíduo se adestra a si mesmo para maximizar seu próprio rendimento. Esse modelo reforça a lógica capitalista, em que tudo, inclusive as pessoas, se tornam mercadorias.

Em contrapartida, a logoterapia observa o trabalho como um dos caminhos essenciais para encontrar sentido na vida, indo além do aspecto econômico ou do prestígio social. Seu valor é uma criação de algo significativo para o indivíduo e a sociedade. Porém, na cultura da produtividade excessiva, o trabalho se reduz a uma troca de tempo por dinheiro ou é elevado à condição de propósito absoluto na medida de valor e sucesso, o que leva à perda de significado ao desconectar o indivíduo de seus valores, destinando-o a priorizar os objetivos externos e quantificáveis.

Frankl também destaca a importância do amor como a segunda fonte possível de significado, tanto no aspecto do homem que ama quanto no do homem criativo. Todavia, na sociedade contemporânea, o amor perdeu seu significado profundo, tornando-se superficial e consumista, associado ao prazer imediato. Em contraste com os relacionamentos do passado que eram sólidos e duradouros, agora são vistos como produtos substituíveis, em que as pessoas buscam constantemente algo que prometa felicidade instantânea.

Para Han, o *Eros*, simbolizado pela relação de alteridade pelo "outro", está desaparecendo, pois o amor se tornou algo que é guiado pelo interesse pessoal, em uma

sociedade de possibilidades ilimitadas. Assim, a essência do amor, que exige entrega e compromisso, entra em conflito com o individualismo e o narcisismo da atualidade. Como resultado, o *Eros* enfraquece, e as relações profundas se desvalorizam, aumentando a apatia e a dificuldade de encontrar sentido no amor, já que o capitalismo tende a reduzir as relações humanas a simples trocas de interesses, em um ambiente marcado pela fluidez e desconexão.

A sociedade contemporânea apresenta uma visão do sofrimento de forma oposta à proposta de Frankl. De acordo com Han, vivemos em uma "sociedade paliativa", que evita a dor e o desconforto, e que trata o sofrimento como algo negativo, um sinal de fraqueza e obstáculo à produtividade. Em um mundo focado em desempenho, não há espaço para lidar com dificuldades. Assim, surgem soluções rápidas que aliviam temporariamente a dor, mas não a resolvem, pois ela retornará em outro momento da vida, exigindo uma postura de enfrentamento.

Han introduz o conceito de "algofobia", o medo da dor e da recusa em enfrentar desafios emocionais ou existenciais. Para evitar desconforto, a sociedade neutraliza o sofrimento com soluções instantâneas, fugindo da experiência que o sofrimento inevitável poderá proporcionar, como maturidade e superação. Ao evitar o desconhecido - incluindo o sofrimento, que, por sua natureza, é uma experiência desconhecida para cada pessoa -, o ser humano perde a chance de aprender a lidar com sua própria dor. Na sociedade contemporânea, o sofrimento é visto como obstáculo ao bem-estar e à produtividade, sendo ignorado ou eliminado. A busca pelo sentido é frustrada pela ênfase no conforto imediato e bem-estar material, e a felicidade é usada para sustentar a produtividade, enquanto o sofrimento é silenciado.

Portanto, cabe trazer uma reflexão a respeito do papel do sofrimento como um dos aspectos para busca de sentido. Em suma, a consideração do sofrimento como parte intrínseca da existência é essencial para o desenvolvimento humano, pois ele nos impulsiona a buscar significado, resiliência e superação. Enquanto a sociedade contemporânea insiste em eliminar ou mascarar qualquer desconforto em nome do bem-estar imediato, a verdadeira solução reside em aprender a integrar e transformar o sofrimento em uma fonte de crescimento pessoal e coletivo, pois cada um deve saber lidar e enfrentar a capacidade de sofrer, podendo também encontrar um sentido em meio ao caos. Ao adotar uma postura que valoriza as adversidades como oportunidades de amadurecimento e resistência.

Por fim, é importante ressaltar que a busca por uma resposta ou solução para a crítica abordada no terceiro capítulo, sobre as possíveis dificuldades da compreensão para a busca de sentido em uma sociedade que diverge do significado dos três princípios da logoterapia - trabalho, amor e sofrimento - merece ser aprofundada e comprovada em um estudo específico,

como também seu funcionamento nesse cenário. Essa abordagem, mais isolada e profunda, pode oferecer reflexões e respostas que vão além do escopo desta monografia, que se concentra em retratar o significado do sofrimento na busca de sentido e em reavaliar criticamente a compreensão da logoterapia. Assim, futuras investigações são essenciais para ampliar o debate filosófico e psicológico sobre esses princípios no contexto social contemporâneo.

REFERÊNCIAS

AQUINO, T. A. **A. Logoterapia e análise existencial**: uma introdução ao pensamento de Viktor Frankl. 1. ed. São Paulo: Paulus, 2013.

_____. Viktor Frankl: para além de suas memórias. Phenomenological Studies - **Revista da Abordagem Gestáltica**. Goiânia, v. 26, n, 02, p. 232 – 240 mai/ago 2020. Disponível em: <http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1809 68672020000200011>. Acesso em 10 dez 2024.

BAUMAN, Z. **Amor líquido**: sobre a fragilidade dos laços humanos. Trad. Carlos Alberto Medeiros, Rio de Janeiro: Zahar, 2004.

_____. **Modernidade líquida**. Trad. Plínio Dentzien. Rio de Janeiro: Zahar, 2001.

BEJARANO, L. E. S. El Sufrimento en el Pensamiento Viktor Frankl.**Cultura la Asociación de Docentes de la Universidad de San Martín de Porres**. Perú, v. 36, p. 169 – 187, 14 dez 2022/ 16 jan. 2023.

BOAS, A. D. A. O. V; MOREIRA, L. A. Responsabilidade e finitude: uma perspectiva logoterapêutica. **Revista Synthesis**. Pará de Minas, v.11, n. 1, p. 1– 9, 2022.

BUSHKIN, H; NIEKERK, R. V; STROUD, L. Searching for Meaning in Chaos: Viktor Frankl's Story. **Europ's Journal of Psychology**. África do sul, v. 17, n. 3, p. 233 – 242, 13 dez 2020/31 out 2021.

CANTILLO, I. A. P. Appropriation of suffering and search of meaning. **Tesis Psicológica**. Bogotá, Colômbia, v. 9, n. 1, p. 36 – 49, jan/jun. 2014.

CABRAL, A, R; COSTA, M, F, M.; LIMA, E, M de. Em busca de sentido no pós-pandemia de COVID-19. **Revista Projeção Saúde e Vida**, v. 2, n. 1, p. 38-49, 2021.

CRNKOVIC, L; BARROZO, G, C, S; OLIVEIRA, J, B; PEREIRA, K, B. Sentido do trabalho e insatisfação profissional: contribuições da Logoterapia. **EducaFoco** – Revista Eletrônica Interdisciplinar, São Paulo, v. 2, jan./dez. 2024. Disponível em: https://educafoco.com.br. Acesso em: 02 jan. 2025.

DEJOURS. C. **A loucura do trabalho**: estudo de psicopatologia do trabalho. São Paulo: Cortez, 1998.

DIEHL, U. Human Suffering as a Challenge for the Meaning of Life. **Existenz**: An International Journal in Philosophy, Religion, Politics, and the Arts. Roma, Itália, v. 4, n. 2, p. 36 – 44, out 2009.

HAN, B. C. **Sociedade do cansaço**. Editora Vozes, 2 edição, 2017.

_____. **Agonia do eros**. Petrópoles, RJ: Vozes, 2017.

_____. **Sociedade Paliativa**: a dor hoje. Petrópoles. RJ: Vozes, 2021.

FRANKL, V. E. **Em busca de sentido**: Um psicólogo no campo de concentração. 1. ed. São Leopoldo: Editora Sinodal/ Editora Vozes, 1991.

_____. **Teoria e terapia das neuroses**: Introdução à logoterapia e análise existencial. 1. ed. São Paulo: É realizações, 2016.

_____. **O sofrimento humano**: Fundamentos antropológicos da psicoterapia. 1. ed. São Paulo: É realizações, 2019.

FOUCAULT, M. **Vigiar e punir**: o nascimento da prisão. Editora Vozes, 32 edição, 1987.

MOREIRA, N; HOLANDA, A. Logoterapia e o sentido do sofrimento: convergências nas dimensões espiritual e religiosa. **Psico-USF**. Curitiba-PR. v. 15, n. 3, p. 345 – 356, set/dez 2010.

MEDEIROS, A, Y, B, B, V; PEREIRA, E, R; SILVA, R, M, C, R, A; FAIAL, C, S, G; ROCHA, R, C, N, P; MIRANDA, R, C, N, A. O sentido da vida como prevenção do suicídio: relato de experiência no projeto "Hora da resenha", em uma escola pública. **Revista Humanidades e Inovação**, v. 7, n. 8, p. 602-607, 2020. Disponível em: https://www.revistahumanidades.com.br.Acesso em: 10 jan, 2025.

O SOFRIMENTO de uma vida sem sentido, reflexão de Viktor Frankl. **É realizações editora espaço cultural livraria**. São Paulo. 18 jun 2020. Disponível em:<https://www.erealizacoes.com.br/blog/osofrimentodeumavidasemsentidorefl exaodeviktorfrankl/#:~:text=Para%20Frankl%2C%20todo%20sofrimento%20tem,doente%2C%20s%C3%B3%20que%20sem%20sofrer >. Acesso em: 7 nov. 2024.

OLIVEIRA, C. M; BINDA, S. T. A postura/atitude do homem diante do sofrimento inevitável a partir do pensamento de Viktor E. Frankl. **Centro Universitário Salesiano** (UNISALES). São Paulo. 2023. Disponível em: < https://unisales.br/wp-content/uploads/2023/06/A-POSTURA-ATITUDEDO HOMEM-DIANTE-DO-SOFRIMENTO-INEVITAVEL-A-PARTIRDO-PENSAMENTO-DE-VIKTOR-E.-FRANKL.pdf >Acesso em 10 nov. 2024

OLIVEIRA, A, D, S. Sobre o sentido do trabalho: entre Frankl e Dejours. 2013. 29 f. **Trabalho de Conclusão de Curso** (Graduação em Psicologia) – Universidade Estadual da Paraíba, Centro de Ciências Biológicas e da Saúde, Campina Grande, 2013.

PEREIRA, I, S. A ontologia dimensional de Viktor Frankl: o humano entre corpo, psiquismo e espírito. **Logos & Existência**: Revista da Associação Brasileira de Logoterapia e Análise Existencial, v. 1, pág. 2-13, 2015.

ROSA, G. M. O; PULINO, L. H. C. Z. O humano em Søren Kierkegaard e em Viktor Frankl. **Memorandum**: memória e história em psicologia. Belo Horizonte, v. 37, p. 1 – 21, abr 2020.

SILVEIRA, D. R; MAHFOUD, M. Contribuições de Viktor Emil Frankl ao conceito de resiliência. **Estudos de Psicologia**. Campinas, v. 25, n. 4, p. 567-576, out/nov 2008.