

Envelhecimento e sentido da vida na perspectiva de Viktor E. Frankl

Aging and meaning of life from the perspective of Viktor E. Frankl

Envejecimiento y sentido de la vida desde la perspectiva de Viktor E. Frankl

Recebido: 09/11/2020 | Revisado: 11/11/2020 | Aceito: 14/11/2020 | Publicado: 18/11/2020

Flávio Luiz Honorato da Silva

ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-1307-3324>

Universidade Federal da Paraíba, Brasil

E-mail: flavioluizh@yahoo.com.br

Maria Denise de Assis

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-8290-3945>

UNILIFE, Brasil

E-mail: mdeniseassis@gmail.com

Terezinha Pereira Durand

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-0877-1673>

UNILIFE, Brasil

E-mail: tereza.duran@hotmail.com

Erik Natan Morais Santos

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-9973-6282>

UNILIFE, Brasil

E-mail: erik.natan@hotmail.com

Maria Clara Muniz Honorato

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-2399-3354>

UNIPÊ, Brasil

E-mail: maria_claramh@hotmail.com

Alisson de Meneses Pontes

ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-1751-8394>

UNILIFE, Brasil

E-mail: alissonedebora@hotmail.com

Resumo

O presente artigo tem o objetivo de apontar e discutir a respeito da representação e significação social atribuída à última fase do desenvolvimento humano, a saber, a velhice, revisar seus

conceitos a partir do pensamento de Viktor Frankl sob viés teórico da Logoterapia e Análise Existencial, pontuando e problematizando a ética que rege a sociedade contemporânea, tendo como base a vontade de sentido que é a ação motivacional da existência. Foi utilizado, neste trabalho, fundamentos teóricos da Logoterapia e análise existencial de Frankl, por intermédio de levantamento bibliográfico, buscando as contribuições para o tema deste artigo. Para uma saúde mental da pessoa idosa é crucial não deixar de viver o que Frankl sugere que a pessoa nunca é, mas sempre vai se tornando. Um ser que não está nunca acabado, mas enquanto está vivendo, tem uma tarefa ou uma missão a ser cumprida, até o último suspiro. Viver com ânimo cada instante da vida.

Palavras-chave: Sentido da vida; Covid-19; Desenvolvimento humano; Motivação; Pandemia.

Abstract

This article aims to point out and discuss the representation and social significance attributed to the last phase of human development, namely old age, to revise its concepts based on the thought of Viktor Frankl under the theoretical bias of Logotherapy and Existential Analysis, punctuating and problematizing the ethics that govern contemporary society, based on the will to meaning that is the motivational action of existence. The theoretical foundations of Logotherapy and Frankl's existential analysis were used in this work, through bibliographic survey, seeking contributions to the theme of this article. For mental health of the elderly it is crucial not to stop living what Frankl suggests that the person never is, but always becomes. A being that is never finished, but while he is living, he has a task or a mission to be accomplished, until the last breath. Live with courage every moment of life.

Keywords: Meaning of life; Covid-19; Human development; Motivation; Pandemic.

Resumen

Este artículo tiene como objetivo señalar y discutir la representación y significación social atribuida a la última fase del desarrollo humano, la vejez, para revisar sus conceptos a partir del pensamiento de Viktor Frankl bajo el sesgo teórico de la Logoterapia y Análisis Existencial. puntuando y problematizando la ética que rige la sociedad contemporánea, basada en la voluntad de sentido que es la acción motivacional de la existencia. En este trabajo se utilizaron los fundamentos teóricos de la Logoterapia y el análisis existencial de Frankl, a través de un relevamiento bibliográfico, buscando aportes a la temática de este artículo. Para la salud mental de las personas mayores es fundamental no dejar de vivir lo que Frankl sugiere que la persona nunca es, sino que siempre se convierte. Un ser que nunca se acaba, pero mientras vive, tiene

una tarea o una misión que cumplir, hasta el último aliento. Viva con valentía cada momento de la vida.

Palabras clave: Sentido de la vida; Covid-19; Desarrollo humano; Motivación; Pandemia.

1. Introdução

A Organização Mundial da Saúde (OMS) conceitua idoso como todo indivíduo com 65 anos ou mais nos países desenvolvidos e 60 anos acima nos países em desenvolvimento. O número de pessoas idosas, que contava 841 milhões em novembro de 2014, atingirá 2 bilhões até o ano de 2050. No Brasil, eles são, em torno de, 31 milhões, número que representa quase 16% da população do país. A projeção desse percentual apresenta tendência de dobrar nas próximas décadas, segundo o IBGE (2019).

A OMS define qualidade de vida como a percepção que o ser humano tem da sua posição na vida, em função do sistema de valores e da cultura que vive e na perspectiva de finalidades a alcançar (projetos de vida). Então influenciam a percepção, nesse caso da pessoa idosa, da qualidade de vida o físico, psíquico, social e o meio ambiente (saúde do corpo e do psíquico) (Beckert et al., 2012). Muitos pontos de vista culturais são formulados e postulados sobre o idoso, seja ele psicológico e seu aspecto do enrijecimento do pensamento, resistências às mudanças; biológico com o aparecimento de cabelos brancos, problemas cognitivos e hipertensões; ou ainda, uma perspectiva social tendo como exemplo a aposentadoria. De acordo com Goldfarb (1998), cada cultura definirá a velhice a seu modo de acordo com os sinais percebidos por cada indivíduo classificando a velhice como uma categoria toda agrupada de comportamentos, pensamentos e atitudes específicos. Quando se fala em desenvolvimento humano, o envelhecimento é parte obrigatória da temática. No tempo, sem perceber, um pouco do homem enquanto espécie vai morrendo ao longo dos anos e alguns hão de dizer que a própria existência é uma morte lenta; um ser predestinado ao desaparecimento. O envelhecimento, no entanto, não é vivido da mesma forma entre todas as pessoas. Se a definição de envelhecer é a perda de uma potência física, alguns arriscariam dizer que não se sentem velhos devido a energia sentida no corpo que o investimento saudável feito durante toda a vida proporcionou; outros, ainda, podem afirmar que o envelhecimento é sinônimo de sabedoria e discernimento.

A condição do envelhecimento não implica tanto um ciclo vital humano – a velhice -, mas é a matriz do desenvolvimento humano seja ele psicológico, físico ou orgânico. Talvez, a palavra “desenvolvimento” soe inadequada quando se fala de envelhecimento para alguns. A verdade é que desenvolvimento humano não significa apenas crescimento, amadurecimento e

evolução, mas tem a ver com perdas e ganhos independente do estágio. Desenvolver-se é, minimamente, em movimento contínuo, uma transitoriedade, adaptação e acomodação (no melhor sentido do termo) a um estado humano, atingindo tanto um alavanque psicossocial, quanto um declínio biofísico, mas, sobretudo, uma oportunidade ímpar de se reorientar para um valor e para um sentido, conforme veremos na perspectiva da Logoterapia.

Numa ética hedonista, guiada pelo imperativo do bem-estar (*affluentsociety*) e da utilidade, do corpo belo jovem, da economia, do prazer, da satisfação, sempre minimizam a qualidade de vida do idoso que é sinônimo, muitas vezes, de incapacidade e inapropriação. Isso foi sutilmente identificado por C.S Lewis (2017) quando constatou que desde a sociedade moderna, paira no imaginário popular certo *esnobismo cronológico*, o que seria, em outras palavras, a capacidade humana por desvalorizar e desprezar tudo aquilo que é antigo ou velho, principalmente no que toca a ética e valores mais tradicionais, também classificado na obra de Viktor Frankl quase como um atestado ao vazio existencial. Dubois-Dumée (2019) em seu livro “Envelhecer sem ficar velho” afirma que não é possível deter o envelhecimento, mas pode-se impedir de tornar-se velho. Como? Este artigo tem a finalidade de, utilizando o pensamento de Frankl, corroborar com o título do livro de Dubois-Dumée, que é envelhecer sem ficar velho.

O presente artigo tem o objetivo de, por meio de revisão da literatura, refletir e discutir a respeito da representação e significação social atribuída à última fase do desenvolvimento humano, a saber, a velhice, repensando seus conceitos a partir do pensamento de Viktor Frankl sob viés teórico da Logoterapia e Análise Existencial, pontuando e problematizando a ética que rege a sociedade contemporânea, tendo como base a vontade de sentido que é a ação motivacional da existência.

2. Metodologia

O tema em questão foi construído a partir de um fenômeno relacionado ao envelhecimento, que nestes tempos de pandemia destaca o idoso como um fator de risco. O trabalho foi construído a partir de uma revisão da literatura corroborando com Koche (2011), na busca de maiores informações e conhecimentos que fortalece o entendimento do tema em questão e possibilita melhor solidez e segurança ao assunto abordado. O pensamento de Frankl, Frankl (1991, 1992, 2015, 2019), e as contribuições do livro de Dubois-Dumée (2019) envelhecer sem ficar velho foram norteadores fundamentais. Utilizou-se os fundamentos teóricos da Logoterapia e análise existencial de Frankl a partir de metodologia descritiva reflexiva, com fundamento fenomenológico-existencial na perspectiva dos pensamentos de

Viktor Frankl por intermédio de levantamento bibliográfico. O estudo em questão possui caráter qualitativo por seus autores estarem comprometidos com uma leitura que visa o ser humano como um ser de possibilidades e de busca na construção do sentido.

Conhecer o que outros autores, construiu a respeito do tema envelhecer possibilitou analisar, reunir e sistematizar o conteúdo a partir de uma melhor compreensão da influência exercida pela ciência no contexto social vigente (Pereira, et al., 2018). As referências estão ricas de bibliografias acerca do tema utilizado neste trabalho.

3. Resultados e Discussão

Envelhecimento e Preconceito

É bom frisar que os termos velho, idoso, terceira idade, idade tardia, adulto idoso, entre outros poderão ser utilizados neste artigo com a mesma compreensão que o Estatuto do Idoso no Brasil (Lei Federal nº 10.741 de 1 de Outubro de 2003) define velho como pessoa a partir dos 60 anos. Observa-se que a palavra no Estatuto do Idoso é idoso (a). Ivic (2013) denomina em seu artigo “adultos idosos”. Temos a compreensão que o mais importante não é o termo utilizado, mas o respeito irreduzível com esta fase da vida, que na sociedade moderna, que acentua a utilidade, desvaloriza, muitas vezes, o direito do ser humano na idade tardia.

Uma das maiores ocorrências de pensamentos da sociedade hedonista é confundir plenitude de vida com juventude. Assim, a idade tardia é relegada ao período do desenvolvimento humano como sem virtudes e deficiente. Este período da vida (velhice) é uma etapa normal da vida, que também pode ter sentido. Dubois-Dumée (2019) apresenta em seu livro a ideia da velhice como uma etapa do desenvolvimento repleta de possibilidades de se produzir coisas novas, belas e saudáveis, capazes de resultar em uma vida cheia de muitos dias prazerosos, cada um deles, por sua vez, também repleto de vida. Essa ideia também é muito presente na Logoterapia, onde o envelhecimento não se restringe a um problema psicofísico ou cultural, mas é, principalmente, um problema espiritual - um problema de sentido de vida.

Promove o respeito para com esse período da vida, facilitando a retirada de termos de compensação que se escuta e de que se lê na atualidade, como o que a velhice é uma “idade de ouro”. Ao que se indaga: não seria todas as etapas da vida “idades de ouro”? A melhor idade é a que se está vivendo; saber desfrutá-la é uma decisão individual. É preciso buscar mecanismos para romper com os estereótipos que estão enraizados nas ideias preconcebidas da sociedade,

que podem ser percebidas por algumas narrativas sociais, identificadas por Dubois-Dumée (2019):

- “Se a juventude é boa, a velhice só pode ser ruim;
- Se os jovens têm tudo, os velhos não devem ter nada;
- Se os jovens são bonitos, os velhos só podem ser repulsivos;
- Se a juventude é cheia de paixão, a velhice só pode ser indiferente a tudo;
- Se as crianças e os jovens são os nossos futuros, os idosos só podem estar ultrapassados.”

Temos consciência que pode conter um certo exagero nos itens acima, mas não podemos deixar de observar que há nos itens afirmações bem pertinentes do pensamento atual. Esses estereótipos, segundo sabiamente escreve Dubois-Dumée (2019), é evocado pelos pré-conceitos de que a pessoa idosa é improdutiva (“baseado em qual critério?”). Que a cognição das pessoas idosas apresenta processos menos brilhantes que os dos jovens, podendo ser facilmente confrontada na figura do professor pesquisador americano John B. Goodenough, de 97 anos, premiado com o Nobel de Química em 2019. As pessoas idosas não teriam mais um sentido para a vida (facilmente refutado pela Logoterapia). O exemplo de vida deste pesquisador em que a vida está a cada dia sendo renovada a partir da maneira de ser e agir que alimenta o sentido do viver. Ele nos faz refletir que as pessoas idosas não perdem o sentido da vida, mas é a partir da forma como vive e da experiência adquirida com o passar dos anos que o sentido se evidencia, se intensifica, diante de um propósito que é reconquistado a cada dia. A visão da logoterapia, na sua essência, apresenta que é possível o ser humano estar em constante busca na realização do sentido de sua vida em plenitude. É uma questão de atitude e escolhas que devem ser realizadas a cada instante (Pereira, 2009).

De acordo com Jesus (2018) outra característica dos tempos atuais é a acentuada valorização do jovem como estilo de vida, ou seja, valorização do corpo belo, da força física. Isto desvaloriza a experiência vivida dos idosos. Entretanto, como observa Dubois-Dumée (1999):

“A velhice não é um estado, um território. É uma passagem, um movimento, uma evolução, um porvir. Não é um arquétipo: cada um tem a *sua* velhice, herança de toda a vida, a velhice que merece. Não um caminho fechado por um rochedo, mas um caminho ainda aberto. Não um rio definitivamente seco, mas uma nascente refrescante. Permanecemos vivos enquanto não morremos!”. Nessa perspectiva, concebe-se que cada época do desenvolvimento humano apresenta vantagens e desvantagens, ganhos e perdas que são inerentes a vida.

A Logoterapia traz uma grande contribuição no debate da generalização que hoje é bem comum em todos os campos humanos, seja socioeconômico, político, religioso, psicológico, e outros que radicalizam e, rotulam de forma generalizada, por exemplo, afirmações relativas a uma *culpa coletiva* aos alemães devido a Segunda Guerra, ou que pessoas menos favorecidas estão imersas em dificuldades por unicamente demérito próprio. Frankl, mesmo passando 3 anos em 4 campos de concentração, sofrendo atrozes injustiças pelo preconceito de ser judeu, sempre advogou que a culpa é individual e não coletiva. Pereira (2017) apresenta o pensamento de Frankl acerca da culpa coletiva (generalização) quando coloca a afirmação: “Quem fala de *culpa coletiva* comete uma injustiça consigo próprio”. O pensamento de Frankl aproxima-se do pensamento de Hannah Arendt (Judia), que defendeu não existirem culpas coletivas ou a inocência coletiva, mas a culpa e a inocência só têm explicação se aplicada aos indivíduos. Os dois, mesmo judeus, foram bastante criticados pelos líderes das comunidades judaicas pelos seus pensamentos.

Logoterapia e Envelhecer

Numa perspectiva sobre Logoterapia e Análise Existencial (perspectiva teórica) não se pode abdicar da figura humana de seu fundador o médico psiquiatra, neurologista e doutor em filosofia Viktor Emil Frankl, que nasceu em Viena em 1905 e faleceu na mesma cidade em 1997. O pensamento desse grande homem influenciou e, com certeza, deverá influenciar as gerações atuais e futuras relativa à filosofia, psicologia, sociologia, teologia, antropologia, pedagogia educacional, entre outras (Aquino, 2013).

Toda obra de Viktor E. Frankl é, para o atual Século XXI, uma proposta antropológica de dimensão copernicana, ou seja, uma reviravolta no pensamento psicológico mecanicista (a pessoa considerada mais como objeto do que como sujeito) para uma proposta que valoriza a dignidade do ser humano. É importante frisar que o pensamento de pessoa de Frankl é da ontologia dimensional (ser biopsicoespiritual) diferenciando dos pensamentos do Individualismo e do Materialismo, em função de preservar a humanidade e a dignidade do ser (Frankl, 2019).

Frankl (1992) gestou a Logoterapia e Análise Existencial, considerada como 3ª escola de psicoterapia vienense. Foi discípulo de Freud (1ª escola da psicologia vienense) e depois de Adler (2ª escola da psicologia vienense). Sempre considerou a importante contribuição da Psicanálise de Freud e também de Adler na Psicologia Individual, mas entendia que era necessário ultrapassar a visão psicológica do homem máquina para encontrar o *Homo*

Humanus, ou seja, humanizar a psicologia, retirando o psicologismo. Sua visão antropológica considera as dimensões biológica (somática), psicológica e noológica (espiritual). O noológico é entendido como sendo a dimensão dos fenômenos especificamente humanos, como o amor, a veneração, a ética e estética (Frankl, 2015).

Frankl (2010) tece comentários sobre envelhecer. Para ele envelhecer é um aspecto da transitoriedade da existência humana, considerando essa transitoriedade como o único grande estímulo à responsabilidade. Deve-se admitir que a responsabilidade seja um traço básico e essencial da existência humana. Sobre o envelhecimento, Frankl afirmou que “Não encontro nada mal em envelhecer, pois na medida que estou envelhecendo, estou amadurecendo. O envelhecer é um aspecto do perecível da existência humana, mas no fundo, é um grande incentivo para a responsabilidade, para o reconhecimento de que o ser responsável é uma característica tão básica como essencial da existência humana” (Freitas, 2018).

Este pensamento de Frankl, não é feito de palavras de “auto ajuda”, como muitos pensam, mas de prática e de um fundamento teórico/científico confirmado por muitos pesquisadores na área e por sua longa vida. Sua vida foi uma prova que a decisão por um sentido e um valor, em todas as etapas da vida, procede as condições de sua realização (Freitas, 2018). Claro que o envelhecimento do corpo traz redução de agilidades físicas, mas o amadurecimento de quem cresce em idade e cresce em maturidade vivencial é uma dádiva que poucos usufruem na idade avançada, mas que pode ser alargada a visão de que idade avançada não é sinônimo de vida limitada. Frankl (2010) frisa que não somos livre de, mas livre para, isso significa dizer que nossos condicionamentos podem limitar algumas ações, mas nossa atitude diante dos condicionamentos pode e deve ser livre para realização de valores criativos (uma tarefa a cumprir, uma obra a realizar), vivenciais (uma vivência de amor, uma experiência com a natureza) e atitudinais (atitudes positivas diante do sofrimento, culpa e morte), que dão sentido ao entardecer da vida.

Logoterapia e Finitude da Vida

Na existência humana há dois aspectos essenciais, de acordo com o pensamento de Frankl (2019) que são o caráter de algo único e da irrepetibilidade da vida humana. Os dois aspectos da existência humana são manifestados na finitude desta vida, ou seja, a vida do homem neste mundo é finita. A finitude (o fato da morte do homem) é constitutiva de sentido, sendo este sentido de caráter irreversível. Deste contexto se apresenta duas palavras-chaves da Logoterapia e Análise Existencial que são liberdade e responsabilidade. O homem é livre apesar

de seus condicionamentos biológico, psíquico e cultural. A responsabilidade, que a finitude demanda, conduz o ser humano agir de acordo com sua consciência, porque a vida se vive apenas uma vez e “tem validade”.

O envelhecer (o entardecer da vida) na cosmovisão da Logoterapia é uma visão esperançosa e centrada na dignidade do desenvolvimento humano que passa pelas etapas da criança, do adolescente, do adulto jovem, do adulto maduro e da idade tardia. A analogia apresentada por Frankl (2019) é bem didática: “..a visão pessimista assemelha-se a um homem que está diante de um calendário de parede e observa com tristeza que o calendário, com a retirada da folha diariamente, vai ficando cada vez mais fino; ao passo que quem conceber a vida no sentido do que acima se afirmou, parece-se com um homem que cuidadosamente toma a folha que acabou de separar do calendário, para juntá-la às restantes, já arrancadas, sem deixar de inscrever no verso uma notícia a moda de diário, a fim de se lembrar, cheio de orgulho e alegria, de tudo o que nessas notícias viveu. Mesmo que esta pessoa observe ter envelhecido que importa?”

No passado, a pessoa tem realidades vividas, em vez de possibilidades. Mas, não é apenas a concretização do realizado, mas valores vivenciais como o amor amado, os sofrimentos ultrapassados, a experiência de um belo pôr do sol, um sorriso de uma criança, uma boa comida com bons acompanhantes. Frankl (2019) afirma, que na nossa sociedade atual hedonista, o que deveria despertar um certo apreço seria a vida da pessoa mais velha, por tudo que leva na sua biblioteca (livros escritos com a vida), como um passado de bom e de belo (que está protegido no passado), um monumento de experiências belas e outras não tão belas e algumas vezes tristes, mas vivências que amadurece, que enobrece, que orgulha.

Hoje se “inveja” a juventude. Qual o motivo? Uma sociedade que acha que a felicidade é apenas o belo físico, sem observar a beleza das rugas, da sabedoria adquirida na faculdade da vida, desmerece aquilo que de fato tem valor. Ao centralizar nesse sentimento voltado para a aparência do admirável, o indivíduo é levado à vivência de prazeres superficiais, sem dar espaço para experimentar valores essenciais à vida em sua plenitude.

Logoterapia e a vida na idade tardia

Segundo Ivic (2013) a expectativa do aumento do número de idosos será acelerada nos próximos anos. Ela vai praticamente dobrar, aumentando de 85 milhões, em 2008, para 151 milhões em 2060, pelo aumento da expectativa de vida desta população. Para os idosos a capacidade cognitiva pode ser considerada, para a qualidade de vida nesta etapa, de grande

importância, porque as perdas nas funções cognitivas podem ter como consequência prejuízo no funcionamento físico, social e emocional da pessoa idosa. Este número pode ser alterado.

Cada etapa da vida contém várias possibilidades e na última etapa da vida (pessoa idosa) há muito a realizar em valores criativos, vivenciais e atitudinais. Frankl (2019, 95) afirma que a pessoa realizada na vida (cria no mundo), por uma decisão livre e responsável, coloca a salvo na realidade, guardando até o crepúsculo da vida. As possibilidades representam o caráter concreto de todo “dever-ser” dado à pessoa, para concretização no agora (“dever fazer”), pois toda pessoa é única e irrepitível mostrando que cada missão na vida deve se concretizar pelo caráter único e irrepitível.

No livro “O entardecer da existência. Ajuda para o idoso viver feliz” Pintos (1992) utilizando-se dos pensamentos de Frankl reitera que o indivíduo (aqui, mais especificamente, voltado à pessoa idosa) que tem um projeto a cumprir, a realizar se orienta rumo a um sentido de vida, projetando-se a concretização de seu “dever-ser”. Frankl (2019) apresenta o pensamento do sábio filósofo Hillel que ensina nas três perguntas: “Se eu não faço, quem o fará? E se eu o não faço agora, quando se fará? E, se só para mim faço, o que eu sou afinal?”. A primeira pergunta enfatiza a responsabilidade do ser humano perante sua própria existência. A segunda aponta para a fugacidade das circunstâncias, para a finitude da vida. Já a terceira, descreve o caráter autotranscendente da existência humana, característica antropológica fundamental, que nos permite ir para além de nós mesmos e dos fatores condicionantes, para realizarmos os sentidos presentes em todas as situações. Esses são aspectos que perpassam a existência humana, desde a terna infância até seu último suspiro.

Verifica-se que todo “dever-ser” é dado ao homem com caráter objetivo, ou seja, concretização do que deve fazer no aqui e agora (Frankl, 2019). O sentido da vida da pessoa idosa não se resume a estar bem fisicamente e psiquicamente. Uma mãe de 89 anos está numa cama com Alzheimer, perda de memória, e está rodeada pelo amor de seus filhos e netos, mesmo passiva há um sentido naquela vida frágil e este amor é insubstituível e nos dá plena certeza que em todo momento e circunstância a vida apresenta sentido. Frankl (2019) cita uma bela reflexão de Goethe: “Como pode uma pessoa conhecer-se a si mesma? Nunca pela reflexão, mas sim pela ação. Tenta cumprir o teu dever e logo saberás o que há em ti. Mas, o que é o teu dever? A exigência do dia”.

A Logoterapia e Análise Existencial busca projetar (apontar) o ser humano para vivência da responsabilidade cumprindo sua missão. Quando o ser humano capta o caráter de missão que sua vida tem, mais sentido a sua vida terá. Mas, no pensamento de Frankl não é o ser humano que interroga a vida, mas é a própria vida que questiona este ser que deve dar a resposta

com responsabilidade, sobre qual é o sentido da sua vida, lançando para algo, seja esse uma pessoa, ideia ou causa.

Com a idade avançando, deve-se aprender a aumentar a capacidade de renunciar tarefas que o corpo não mais permite, mas nunca renunciar a viver. É certo que a vida é finita e um dia todos que nascem morrerão, mas entre morrer e viver tem o hiato que deve ser preenchido com o viver com sentido até o final da caminhada. Na sociedade atual, as crianças e os jovens estão desaprendendo renunciar e assim a tolerância às frustrações normais da vida são extremamente reduzidas, levando a quadros de desespero. A pessoa idosa, que vivenciou muitas frustrações, sabe colher os frutos das perdas inerentes do viver (tarefas que quando mais jovem podiam realizar, hoje não é mais possível).

Fizzoti (1997) apresenta os anseios de um idoso angustiado que pergunta para que serve a vida? A visão distorcida de negação de uma existência que está em andamento é triste, em função de ter uma compreensão da vida como se fosse uma roupa gasta que não vale a pena reformar. Lembrando que o ser nunca está acabado. Enquanto houver vida o sentido, alerta viver e viver com sentido. O idoso (a) deve descobrir os significados de cada situação do caminhar da vida do dia a dia. A consciência do ser é que dá esta capacidade. De acordo com Griffa & Moreno (2017) “O envelhecimento não se expressa só em limitações, em ser menos capaz, mas em aquisições desse estágio”. O envelhecer com sabedoria, afirmam os mesmos autores que não há uma atividade como na juventude, mas que há uma luz própria de sabedoria e experiência que é manifesta nesta etapa da vida.

O brilhante psicólogo criador da abordagem Centrada na Pessoa (ACP) que impactou bem os psicólogos desde a década de 50 do século passado, apresenta em seu livro “Um jeito de Ser” no capítulo “Crescer envelhecendo ou envelhecer crescendo?” Afirma que depois dos 65 anos produziu quatro livros, uns quarenta textos e vários filmes. Ou seja, publicou mais depois dos 65 até os 75 anos que em outras épocas de sua vida na juventude. Conclui o capítulo com a descoberta que: “cada vez mais que estar vivo envolve riscos, significa agir com pouca certeza, significa compromisso com a vida” e completa “Tudo isso traz mudança e para mim o processo de mudança é a vida”. Então responde a pergunta do capítulo, eu envelheço crescendo (Rogers, 2020).

Logoterapia e comunidade

Frankl (2019) afirma que a individualidade do ser humano é amplamente referida a comunidade e que a massa (ou grupo) não tolera nenhuma individualidade. Na massa, o ser

humano está diluído. Na verdadeira comunidade há a junção de pessoas responsáveis, enquanto na massa há uma soma de pessoas despersonalizadas. É importante entender que na comunidade verdadeira e respeitosa o ser sobrepõe sobre o ter, ser com os outros, ter empatia com o outro, para que o indivíduo não esteja inserido num grupo, mas numa comunidade, onde ocorra mais satisfação no que se realiza e por consequência um bem-estar psíquico-afetivo-emocional. Para os filósofos Husserl e Stein comunidade é uma organização que respeita o indivíduo. Como exemplo, uma família estruturada é uma comunidade. (Oliveira, 2018).

De acordo com Frankl (2019) o indivíduo só atinge seu sentido de vida na comunidade, ou seja, o valor do indivíduo somente é visto quando este se relaciona com outras pessoas, quando há partilha. Na comunidade o ser humano deve “ser-responsável” para ser livre e, Frankl cita Jaspers que afirma que o homem é um “ser que decide” e o filósofo Heidegger apresenta o *Dasein* (“ser-aí”) e acrescenta Frankl (2019, p.159) e não pura e simplesmente o “achar-se presente”. Segundo Pintos (2017) a comunidade respeita à dimensão do ser. O ser humano é um ser comunitário e gregário.

No estudo do envelhecimento, observando a abordagem das fases do desenvolvimento humano Griffa & Moreno (2017) afirmam que Robert Havighurst observou que quanto mais o idoso se mantém ativo bem mais possível é que o envelhecimento seja uma etapa da vida que as necessidades psicológicas e sociais são bem adequadas (correlação positiva entre atividades realizadas do idoso e a maior satisfação com a sua vida). A imagem correta de um idoso normal, claro com suas limitações biológicas, é de valorizar a sabedoria adquirida anteriormente, colocando em prática o realizar valores que a vida deve ser vivida. A perspectiva de Frankl é a vontade de fazer que a vida, em todas as fases, tenha sentido, de buscar um sentido na vida, ou seja, apesar de tudo, dizer sim à vida (Jesus, 2018).

Concebe-se que o pertencimento e a vivência em comunidade podem ser um grande campo de possibilidades de realização dos valores experienciais e de encontro de sentido na velhice, por meio das conversas e encontros com amigos de longas datas, na vivência do autêntico amor pelo cônjuge, o amor e cuidado destinado aos filhos, a relação de grande satisfação e alegria com os netos, enfim, ser humano é ser em relação e em comunidade.

Logoterapia e destino

Para Frankl, a liberdade humana deve ser percebida dentro do escopo também de suas limitações. Em uma dessas, Frankl denominou de destino tudo aquilo que é passível de mudança, tais como, no homem, seria o aparelho biopsíquico, a cor da pele, a herança genética

e outros. Mas, sabiamente o pensamento Frankliano afirma que o ser humano é existencial, não é determinado pelos condicionamentos biopsíquicosocial, tendo a liberdade de sempre realizar uma escolha diante do destino que a vida lhe impõe. Essa liberdade de escolha deve estar ligada a responsabilidade. Frankl (2015) teria ainda afirmado que “Mais poderosa que o destino é a coragem que o enfrenta”. Dessa forma, o ser humano não é livre do seu destino (como conceituado acima e não como o senso comum entende), porém é livre para ter atitudes frente ao seu destino.

Segundo Frankl (2019) a pessoa tem liberdade para ver o passado com uma atitude fatalista ou pode ver como uma oportunidade para o futuro. Ele afirma sabiamente que: “Nunca é tarde demais para aprender, mas também nunca é demasiado cedo; sempre se está, na hora H”. Assim, é perda de tempo e maléfico para a saúde psíquica estar sempre relembrando as possibilidades de um outro destino na vida. Como: “Eu deveria ter optado por isso ou aquilo”, onde muitos indivíduos, principalmente, na idade madura questionam suas escolhas do passado. A opção da possibilidade que se teve no passado e não optou não existiu (perdeu-se no passado-nunca existiu), somente a opção que decidi viver é que se tornou concretude que está bem guardada no passado. Consequentemente é impossível, sem sentido e ilógico pensar como seria o destino como outra possibilidade de opção.

O destino, isto é, aquilo que não posso mudar pode surgir de forma positiva quando o vivido é prazeroso e deixa a pessoa em estado de felicidade, no entanto pode também ser negativo com possibilidades de ser acompanhado da dor e do sofrimento, a pessoa idosa tem no seu histórico tantas sensações, sentimentos e emoções vividos de forma que o passado lembrado possa ser agradável ou não, a escolha das lembranças são individuais e é uma decisão particular, única. Os ganhos e as perdas são constantes na vida do ser humano, no entanto o enfrentamento é quem decide como o indivíduo se comportará diante das situações que lhe são apresentadas. Para a Logoterapia, uma vida cheia de sentido é o que faz a diferença, é o que colocar um novo matiz na história de cada ser que encontra o porquê e para quê viver, como afirma Frankl (2015): “fatos acontecidos na vida da pessoa não determina nada, o que é importante é a atitude diante desses fatos.”

A ausência de sentido na vida, pode levar qualquer pessoa, inclusive o idoso, a uma sensação de inutilidade ou futilidade, podendo ser manifestada principalmente no tédio, sintoma característico do vazio existencial. Diante disso, Frankl aponta que é a *vontade de sentido* – aquilo que intenciona a busca pela realização de sentido na vida – que impulsiona o idoso para um objetivo e uma meta, traduzido em seu projeto de vida, aspirações e sonhos. O conceito frankliano de *vontade de sentido* é orientado na busca incessante e inexorável de toda a pessoa

humana pelo descobrimento de uma razão para sua felicidade, não podendo ser fabricada, mas encontrada, pois, “a vida está plena de sentido”. (Espíndula & Ferreira, 2017)

Deste modo, Frankl apud Espíndula & Ferreira (2017) versa que todo ser humano de modo individual está à procura da satisfação de suas necessidades não só biológicas, psicológicas ou físicas, mas, também, espirituais. A Logoterapia está fundamentada numa antropologia filosófica que conceitua a pessoa humana de modo integral, bem como um ser único e singular, capaz de posicionar-se diante dos condicionamentos da vida, proveniente de sua dimensão noética (espiritual). Por isso, qualquer pessoa é livre para tomar decisões e agir orientada a partir de valores, estes chamados de criação, de experiência e de atitudes.

Os valores de criação envolvem a capacidade pessoal de inventar e inaugurar algo a partir de suas próprias habilidades e talentos, podendo ser eternizado por causa de sua obra no mundo que por sua vez será insubstituível, pois jamais poderá ser repetida com precisão à luz da singularidade de seu criador. Na prática, estes valores criativos na pessoa do idoso encontram sua materialização na busca ou no interesse pelo estudo e escrita, trabalho social ou quaisquer atividades concretas que lhe possibilitem algum tipo de envolvimento criativo, focando no benefício comum inserido na sustentação significativa de sua história e legado. Já os valores de experiência ou também chamados vivenciais, se referem às possibilidades da pessoa em rememorar ou reviver experiências únicas e marcantes ao longo de sua vida, tais como: o nascimento de um filho, dia do matrimônio etc.

Os valores vivenciais podem ser traduzidos na vida do idoso no envolvimento e no incentivo de seu comportamento pró-social, voltado para a comunidade, quando busca estabelecer uma rede de apoio social sustentável, composta por familiares, amigos e quaisquer outras pessoas que possam objetivar a partilha de experiências cotidianas em função de uma causa, projeto ou vivência. E, por fim, os valores de atitude estariam relacionados a capacidade presente na pessoa para tomar uma posição, quando é impelida a de modo livre e responsável, através de uma decisão interior ao sofrimento ou adoecimento que a limita. Os valores de atitude junto a terceira idade, podem ser percebidos na aceitação da realidade, por exemplo, quando reconhece sua condição de finitude, convivendo de modo mais saudável e com uma atitude mais otimista diante das limitações. Estes valores para Frankl, poderiam repercutir como melhora na saúde mental e por efeito na valorização da vida, podendo, ainda na velhice, realizar sentido já que este é, por sua vez, a motivação primária da vida em qualquer circunstância do desenvolvimento humano, pois enquanto a vida é existente há sempre uma vontade, um anseio perene, pelo sentido da vida. (Frankl, 2015).

Logoterapia e Pós-pandemia do Covid 19

No dia 12 de dezembro de 2019 foi notificado o primeiro caso de infecção pelo novo coronavírus Covid-19, na cidade de Wuhan, na China. O que parecia ser apenas uma epidemia regional, logo se espalhou por todo o mundo e se configurou como uma das maiores tragédias da sociedade pós-moderna, com o assustador número de mais de 1,2 milhão de mortes até início de novembro de 2020 (OPAS, 2020, Medeiros et al., 2020). Além das inestimáveis perdas humanas, essa pandemia também mudou significativamente a vida das pessoas idosas, restringindo sua interação social com amigos e familiares, proporcionando um isolamento social quase que compulsório, afetando, conseqüentemente, sua saúde física, já que muitos foram contaminados pelo vírus ou morreram como decorrência dessa infecção, além de interromper tratamentos e acompanhamentos médicos; assim como também teve grande impacto na saúde mental, aumentando os índices de ansiedade e depressão.

Mas o que fazer diante de uma realidade tão assustadora? Frankl nos deixa também seu inestimável legado enquanto pessoa, afirmando que “Inerente ao sofrimento do ser humano, há uma conquista, que é uma conquista interior. A liberdade espiritual do ser humano, a qual não se lhe pode tirar, permite-lhe, até o último suspiro, configurar sua vida de modo que tenha sentido” (Frankl, 2008). Ou seja, mesmo diante de uma circunstância de grande impacto e sofrimento, como no caso da pandemia do COVID-19, a Logoterapia nos trás essa mensagem de esperança, de que é possível resgatar valores outrora “esquecidos”, deixados de lado, que é possível reorientar a vida para o que tem sentido e valor, realizando o dever ser, exercendo com responsabilidade a liberdade, dando uma resposta positiva frente as circunstâncias apresentadas pela vida, construindo com cada ação o mais belo monumento da própria existência.

4. Considerações Finais

Para Frankl, o ser humano é um ser que se encontra à procura de sentido, um buscador de significado. Em cada momento da vida e em cada circunstância da sua existência um sentido de vida na liberdade e na responsabilidade lhe é possível. É o ser que sempre decide o que é e o que deve ser. Segundo Freitas (2018) a capacidade humana, bem abordada na antropologia de Frankl, é um poder de decisão que é chave para a superação de qualquer crise nas etapas da vida do ser humano e pode ser resgatada em todo o período da idade avançada. Importante fixar a afirmação do pensamento de Frankl que embasa toda Logoterapia: “A vida mantém cheia de sentido, sob quaisquer condições” (Frankl, 2015). Para a idade avançada é sempre salutar

reafirmar os pensamentos de Frankl sobre o sentido do passado. Para ele, o ato de uma pessoa nunca se desfaz, ou seja, o que foi realizado nunca poderá ser anulado e nunca se perde no passado, pois no passado a realização está protegida (Frankl, 2019).

Sempre, em todas as fases da vida, e agora na fase da idade avançada é preciso continuar realizando valores e efetuando conquistas, que para a Logoterapia são finalidades primárias da pessoa. Viver com propósitos (intencionalidades) dota a vida do ser humano de sentido (Frankl, 2015). No caso de uma área importante desta fase é a atividade sexual, que muitas vezes é olhada como tabu, Griffa & Moreno (2017) observando com a visão humanizada, apresenta em seus estudos que o interesse sexual não cessam com a idade, mantendo como uma ação legítima de grande importância da vida e fonte de prazer, de expressão mútuo de amor de um casal. Mesmo que o corpo não consiga responder o desejo de relação sexual, não se deve esquecer que o verdadeiro amor não se desaparece com a incapacidade do relacionamento corporal sexualmente, mas se capacita de amar e ser amado.

Segundo Frankl (2015) Karl Jaspers, filósofo e psiquiatra, afirma que a pessoa se torna o que é pelo propósito de vida que ele decidiu viver. Na última fase da vida (pessoa idosa) devemos utilizar as lições aprendidas na faculdade da vida e decidir sobre o que é ou não essencial, sempre mirando nos valores que a consciência nos indica. Nos pensamentos de Frankl fica bem claro que valores não podem ser ensinados, mas vividos e o sentido não pode ser dado (que seria apenas um moralismo), mas buscado e encontrado.

Para uma boa saúde da pessoa idosa é premente não deixar de viver o que Frankl preconiza que a pessoa nunca é, mas sempre vai se tornando, ou seja, é um ser que não está nunca acabado (feito), mas enquanto está vivendo, tem uma tarefa ou uma missão a ser cumprida, até o último suspiro. E, viver primariamente buscando realizar propósitos e sentidos na vida. Viver com intensidade cada instante da vida, estando aberto ao que a vida proporciona, como amor, esperança, alegria, sofrimento, perdas (Jesus, 2018). É preciso repetir sempre, em todos os momentos da vida, o que Frankl sempre repetia: “Quando se tem um porquê viver, pode-se suportar quase qualquer como viver”.

Abaixo dois aforismos de vivências práticas, que apresentam esperanças para o caminhar na melhor idade (a melhor idade como foi dito acima é a que está sendo vivida). Retiradas do livro de Dubois-Dumée (2019):

-“Encarar a última etapa da vida (pessoa idosa) como uma amiga e não uma inimiga, como uma graça e não uma desgraça”;

-“A idade tardia não é o começo do fim, mas uma nova etapa”;

-“O final da vida ainda é vida” (Romano Guardini);

- “O envelhecimento é a idade privilegiada do despojamento” (João Paulo II). “Não é mais o momento de apegar-se a pormenores, rancores, coisinhas, difamações, lamúrias, sofrimentos. É tempo do perdão”.

Contribuições para trabalhos futuros

Apreciando este trabalho pode-se concluir que o tema não se esgota aqui, existe uma necessidade de aprofundar mais a respeito do envelhecimento, uma etapa importante do desenvolvimento humano, e os efeitos causados tanto pelas perdas físicas como cognitivas. A história cultural de nossa sociedade apresenta o idoso um incapaz e em muitos caso um peso familiar, como enfrentar essa realidade de forma que a qualidade de vida esteja presente como fator primordial da existência de uma vida que esteve a serviço dos seus, das pessoas, tais como, familiares, amigos, círculo social. Permanecer saudável é um desafio para o processo do envelhecimento.

Referências

Aquino, T. A. A. (2013). *Logoterapia e análise existencial: uma introdução ao pensamento de Viktor Frankl*. São Paulo: Editora Paulus.

Beckert, M., Irigaray, T., Quarti, & Trentini, C. M. (2012). Qualidade de vida, cognição e desempenho nas funções executivas de idosos. *Estudos de Psicologia (Campinas)*, 29(2), 155-162. <https://doi.org/10.1590/S0103-166X201200020000>.

Dubois-Dumée, J-P. (2019). *Envelhecer sem ficar velho. A aventura espiritual*. São Paulo: Paulinas.

Espíndula, J. A. G., Ferreira, N. N. (2017). Saúde e Sentido de Vida: As Vivências do Envelhecer. *Revista da Associação Brasileira de Logoterapia e Análise Existencial*. 6(1), 37-52. <https://doi.org/10.22478/ufpb.2316-9923.2017v6n1.32130>.

Fizzote, E. (1997). *Conquista da liberdade: proposta da logoterapia de Viktor Frankl*. São Paulo: Editora Paulus.

Frankl, V. E. (1991). *Em Busca de Sentido: um psicólogo no campo de concentração*. Petrópolis: Vozes.

Frankl, V.E. (1992). *A presença Ignorada de Deus*. Editora Sinodal, Editora Vozes.

Frankl, V. E. (2015). *O sofrimento de uma vida sem sentido*. São Paulo: Ed. É Realizações.

Frankl, V. E. (2019). *A psicoterapia na prática*. Petrópolis: Vozes.

Freitas, M. L. S. (2018). *Pedagogia do sentido. Contribuições de Viktor Frankl para a educação*. Ribeirão Preto: IECVF.

Goldfarb, D. C. (1998). *Corpo, tempo e envelhecimento*. São Paulo : Casa do Psicólogo.

Griffa, M. C, Moreno, J. E. (2017). *Chaves para a Psicologia do Desenvolvimento, tomo 2: adolescência, vida adulta, velhice*. Reimpressão. São Paulo: Paulinas.

Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (2019). *Idosos indicam caminhos para uma melhor idade*. Recuperado de <https://censo2021.ibge.gov.br/2012-agencia-de-noticias/noticias/24036-idosos-indicam-caminhos-para-uma-melhor-idade.html>.

Ivic, S. (2013). O Direito dos idosos na União Europeia. *Revista de Ciências Sociais*, 56, 1, 185-205. <http://dx.doi.org/10.1590/S0011-52582013000100008>.

Jesus, L. M. (2018). *Qual é o sentido? reflexões sobre o sentido da vida a partir de Viktor Frankl*. Porto Alegre: EDIPUCRS.

Koche, J. C. (2011). *Fundamentos de metodologia científica*. Petrópolis: Vozes. Recuperado de http://www.brunovivas.com/wp-content/uploads/sites/10/2018/07/K%C3%B6che-Jos%C3%A9-Carlos0D0AFundamentos-de-metodologia-cient%C3%ADfica-_teoria-da0D0Aci%C3%AAncia-e-inicia%C3%A7%C3%A3o-%C3%A0-pesquisa.pdf

Lewis, C. S. (2017). *Ética para viver melhor: diferentes atitudes para agir corretamente*. São Paulo: Planeta.

Medeiros, A. Y. B. V., Pereira, E. R., Silva, R. M. C. R. A., Dias, F. A. (2020). Fases psicológicas e sentido da vida em tempos de isolamento social por pandemia COVID-19 uma reflexão a luz de Viktor Frankl. *Research, Society and Development* 9, 5. <http://dx.doi.org/10.33448/rsd-v9i5.3131>.

Organização Pan-Americana da Saúde (OPAS) (2020). Recuperado de <HTTPS://www.paho.org/pt/covid19>.

Oliveira, N. R. (2018). *Entre a pressa e a pausa: sentidos para o lazer e o ócio*. Natal: Offser Editora.

Pereira, A. S. et al (2018). *Metodologia da pesquisa científica*. Santa Maria: UAB/NTE/UFSM. Recuperado de https://www.ufsm.br/app/uploads/sites/358/2019/02/Metodologia-da-Pesquisa-Cientifica_final.pdf

Pereira, I. S. (2009). A ética do sentido da vida na logoterapia de Viktor Frankl. 2009. 125f. – Dissertação (Mestrado) – Universidade Federal do Ceará, Programa de Pós-graduação em Filosofia, Fortaleza (CE).

Pereira, I. S. (2017). O Pensamento Político de Viktor E. Frankl. *Revista Logos e Existência*, 6 (2), 125-136. <https://periodicos.ufpb.br/index.php/le/article/view/32363/22508>.

Pintos, C. G. (1999). *A Logoterapia em contos: o livro como recurso terapêutico*. (2a ed.). São Paulo: Editora Paulus.

Pintos, C. G. (2017). *O mar me contou. A logoterapia aplicada ao dia a dia*. São Paulo: Editora Cidade Nova.

Rogers, C. R. (2020). *Um Jeito de Ser*. São Paulo: E.P.U., 2020.

Porcentagem de contribuição de cada autor no manuscrito

Flávio Luiz Honorato da Silva – 25%

Maria Denise de Assis – 18%

Terezinha Pereira Durand – 10%

Erik Natan Moraes Santos – 18%

Maria Clara Muniz Honorato – 10%

Alisson de Meneses Pontes – 19%