

A EXPERIÊNCIA DO SENTIDO DA FINITUDE: O CONFLITO ENTRE ENVELHECIMENTO E MORTE NUMA PERSPECTIVA LOGOTERAPÊUTICA

Crísia Delancout Lúcio Araújo¹
Lucas Pereira Lucena²
Lucas Brasil Feitosa³
Lhais Cabral Martins⁴
Lorena Bandeira Melo de Sá⁵

RESUMO

O envelhecimento é uma condição inerente ao homem, compreendendo perdas físicas e simbólicas que se manifestam de diferentes formas ao longo da vida. Entretanto, o discurso social, na tentativa de distanciar o sentimento de perda, muitas vezes anula o lugar de sujeitos idosos, podendo gerar sofrimento. Isto posto, o presente artigo visa apresentar elementos que possibilitem o entendimento de que a finitude pode operar como um fator impulsionador para vida, favorecendo para que o ser humano dê continuidade a suas realizações mesmo diante das contingências, já que este não é um ser imortal, capaz de adiar suas vivências. Para isso, tendo como base a Logoterapia e Análise Existencial, buscou-se, por meio de uma revisão bibliográfica, correlacionar a importância das vivências do ser humano, atentando para as realizações pessoais que podem ocorrer através de êxitos ou de sofrimentos. A elaboração do luto, nesse sentido, se mostra como elemento de grande importância, uma vez que pode gerar uma mudança de posição diante das perdas que ocorrem, levando o sujeito a identificar possibilidades de ressignificar sua existência a partir de sua vontade de sentido.

Palavras-chave: Velhice, Morte, Luto, Sentido, Logoterapia.

INTRODUÇÃO

Envelhecer é processo natural, uma vez que todo àquele que se encontra vivo está submetido à passagem do tempo e aos impactos que o acompanham. Este processo pressupõe transformações graduais e irreversíveis, que vão desde as alterações orgânicas, como a perda da elasticidade da pele e a lentificação do metabolismo, às mudanças na esfera social, como a aposentadoria e o esfacelamento dos laços socioafetivos, uma vez que há o afastamento dos colegas de trabalho e perdas de amigos e entes queridos (ZIMERMAN, 2000).

As vicissitudes que irrompem com a chegada da velhice podem ser percebidas como sinais da morte, provocando medo em quem as vivencia, pois anunciam a proximidade do

¹ Graduanda do Curso de Psicologia da Universidade Estadual da Paraíba - UEPB, criscia.ald@gmail.com;

² Graduando do Curso de Psicologia da Universidade Estadual da Paraíba - UEPB, lucplucena@gmail.com;

³ Graduanda do Curso de Psicologia da Universidade Estadual da Paraíba - UEPB, lbfeitosa1995@gmail.com;

⁴ Graduanda do Curso de Psicologia da Universidade Estadual da Paraíba - UEPB, lhaiscabral07@gmail.com;

⁵ Professora orientadora: Mestre em Ciências das Religiões pela UFPB, professora da UEPB e Uninassau – PB, lobandeira@hotmail.com.

próprio fim, demandando dos sujeitos a elaboração do luto referente às perdas físicas, psíquicas e sociais. O sentimento de morte iminente intensifica-se frente às limitações provocadas pela própria condição de ser idoso, o que pode causar desesperança ante àquilo que representa o que resta da vida.

Uma vez que, para Frankl, o sujeito deve ser concebido como uma totalidade tridimensional (corpo, mente e espírito), o elemento central de sua existência passa a ser a vontade de sentido, que diz respeito à “capacidade de [...] descobrir e realizar valores e significados” (PETER, 1999, p.39). Essa descoberta só se dá através da abertura da pessoa para o mundo, fenômeno caracterizado por Frankl (1991 apud PEREIRA, 2013, p.89) como autotranscendência:

A autotranscendência assinala o fato antropológico fundamental de que a existência do homem sempre se refere a alguma coisa que não ela mesma – a algo ou alguém, isto é, a um objetivo a ser alcançado ou a existência de outra pessoa que ele encontre. Na verdade, o homem só se torna homem e só é completamente ele mesmo quando fica absorvido pela dedicação a uma tarefa, quando se esquece de si mesmo no serviço a uma causa, ou no amor a uma outra pessoa. É como o olho, que só pode cumprir a sua função de ver o mundo, enquanto ele não vê a si próprio.

A morte, consequência final que acompanha o homem por toda a vida, se faz presente nas suas diferentes dimensões, contudo, há uma tendência em mantê-la afastada, a considerando um acontecimento distante, que tardará a se cumprir. Nessa lógica, o ser humano vive como se a morte não existisse, desconsiderando por completo sua finitude até que, de um só golpe, ela se apresenta seja por meio da morte de uma pessoa querida, ou através de um problema de saúde severo, provocando angústias e sofrimentos (BARBOSA; MELCHIORI; NEME, 2011).

Assim, por mais que o sofrimento seja inerente a existência do homem, pode-se notar uma intensificação desse processo em determinadas situações na velhice, como por exemplo nas sucessivas tentativas de elaboração frente ao corpo e as relações que se mostram cada vez mais frágeis. É em cima de situações na qual sentimentos de angústia, desamparo e medo predominam, que Frankl (2003) conceituou sobre o sentido do sofrimento. Para ele essas circunstâncias podem servir como elementos impulsionadores para o crescimento e amadurecimento do ser humano, uma vez que as estratégias de enfrentamento utilizadas revelariam as potencialidades desse sujeito e se mostrariam como elementos-chave para a realização pessoal.

Partindo da relação entre morte e velhice, o presente trabalho visa, através de uma revisão bibliográfica, associar esses conceitos às premissas da Logoterapia, abordagem teórica que compreende a busca do sentido da vida como motivador básico do homem, na tentativa

de apresentar elementos que possibilitem o entendimento de que a ideia de finitude pode operar como um fator impulsionador, favorecendo para que o ser humano dê continuidade a suas realizações mesmo diante de um sofrimento, já que este não é um ser imortal, capaz de adiar suas vivências.

ALGUMAS PERSPECTIVAS SOBRE A VELHICE E A FINITUDE DO PONTO DE VISTA DA LOGOTERAPIA E ANÁLISE EXISTENCIAL

O ser humano, diferente das outras espécies, é consciente da sua própria finitude, tendo de encará-la diariamente através dos incidentes cotidianos, dos relatos midiáticos e dados estatísticos divulgados. Buscando dar conta desse fato, elabora teorias e adota crenças na tentativa de dar um sentido a sua condição de ser mortal. O interessante é que nessa morte assistida, sempre é o outro que é acometido, o que, de certa forma, conforta aquele indivíduo em achar que nunca irá ocorrer com ele ou entre os seus (NETO, 2012).

Entretanto, quando isso se aplica a velhice, percebe-se que, se o outro que morre é um velho, acaba por servir como um prenúncio da morte do velho que vive. Questionamentos como “será que serei o próximo? Já que todos do meu tempo estão partindo...” revelam a angústia frente a esse tema que muitos insistem em não pensar, mas que poderiam ser o mote que os levaria a reavaliar a presença de sentido em suas vidas. Uma vez que encarar esse processo não mais como uma sentença, pode servir como um chamado para a vida, para viver o que ainda resta dela em busca da realização de seu sentido tendo consciência que só se vive uma vez (NETO, 2012; VELÁSQUEZ, 2018).

O luto, nesse sentido, seria um elemento importante para a transformação da posição do sujeito frente à finitude. Ele está contido como consequência de toda e qualquer encontro com uma perda/morte física ou simbólica, compreendendo cinco fases. O primeiro momento do luto consiste na negação da perda, em que o sujeito se vê incapaz de admiti-la, insistindo em rejeitar o ocorrido. A segunda fase é marcada pela raiva, que se apodera do sujeito e pode ser direcionada a qualquer coisa ou pessoa. A fase seguinte caracteriza-se pela barganha, na qual o enlutado começa a fazer juramentos de que conduzirá a sua vida de outra maneira, esperando que perdas como essa não voltem a ocorrer (NETTO, 2015).

Em seguida viria a fase da depressão, na qual o sujeito é invadido por uma profunda tristeza, no entanto, esse sentimento não deve ser considerado patológico, mas uma reação normal na ausência do objeto querido. A última fase do luto é a aceitação da realidade

vivenciada nesse processo, isso não quer dizer que tudo esteja bem, mas que o sujeito aprendeu a viver com o fato que provocou seu luto, atribuindo a ele um novo sentido (NETTO, 2015).

Esse processo é viabilizado pela dimensão noética (ou espiritual) do sujeito, ou seja, pela vontade de sentido que urge em realizar-se. Assim, ao destacar no sujeito seu âmbito espiritual como orientador e norteador do ser, uma vez que é nele que se encontra o núcleo central do ser humano, Frankl (1985 apud ZAMULÁK, 2015) entende que o ser-espiritual seria sua força motriz, para aquele que se encontra aberto para o mundo, sendo impulsionado pelas realizações dos seus valores na sua busca pelo sentido.

Centrado em torno deste núcleo existencial, pessoal e espiritual, o ser humano não é apenas individualizado, mas também integrado. Desta forma, o núcleo espiritual, e apenas este, é que garante e constitui a unidade e integridade, neste contexto significa a integração dos aspectos somático, psíquico e espiritual (p.134).

Essa abertura para o mundo é o potencial de movimento da vida, sendo direcionada por sua condição de ser-espiritual para conseguir agir sobre as determinadas situações do cotidiano, em que a vida se encarrega de interrogar ao indivíduo sobre sua existência, sua especificidade, e, assim, o sujeito encontra seu sentido, pois, esse fator não está dado, não pode ser criado, apenas buscado.

Entretanto, o discurso social em torno da velhice colabora para a desvalorização da figura do idoso, que, ao ser considerado inapto para exercer as atividades que antes lhe eram reservadas, fica sob a tutela de seus familiares, perdendo, assim, sua autonomia. A pessoa idosa é afastada de sua rotina e percebe sua liberdade ameaçada. Esse cenário leva o sujeito a vivenciar um sentimento de vazio, o distanciando do seu “ser-responsável”, pois entende que não há mais sentido em viver nesse não-lugar. Dessa forma, ao passo que o sujeito tem sua autonomia cerceada de maneira que lhe impede de acessar seus valores, está implícita a repressão de sua dimensão espiritual. O vazio existencial aí se manifesta pelo caráter insustentável que essa situação traz, sendo uma reação de seu espírito para que o sujeito possa se defender de sua desumanização (CARVALHO, 1993; BARBOSA, MELCHIORI, NEME, 2011).

Nessa conjuntura que a Logoterapia concebe a condição existencial do homem possuindo uma característica trágica, pois é justamente diante desse fator que se encara a existência humana como sendo, de fato, singular, se apresentando como um campo de sentido (NETO, 2012). Dá-se, então, o surgimento a “Tríade Trágica”- a dor/sofrimento, a culpa e a morte- colocada como uma premissa da vida, sendo algo inerente ao existir, que o possibilita

de agir e se conscientizar de possibilidades diante uma situação limitante. Nas palavras de Xausa (2003, p.84):

A resposta sobre o sentido do trágico é encontrada na atitude mesma que elegemos ante uma situação que se nos apresenta tragicamente. Só o ser humano tem o privilégio de eleger uma atitude frente ao sofrimento que se apresenta como tal.

LIDANDO COM A MORTE: A LOGOTERAPIA E SUA PERSPECTIVA TRANSFORMADORA DO SOFRIMENTO EM SENTIDO

Culturalmente o sujeito envelhecido se depara com uma série de perdas simultâneas atribuídas a posição do idoso, isto porque a representação social de ser velho corresponde a uma imagem de um indivíduo que por não produzir mais é visto como incapaz. Esta colocação de inutilidade coloca a velhice em uma alta desvalorização social que recai sobre si, em se fixar neste lugar de que “agora nada mais pode se fazer”, pois além da perda de papéis e posição social, na velhice também há a percepção real de perdas sobre o corpo (ZIMERMAN, 2000).

Ainda assim, o sujeito frankliano é dotado de uma realidade pessoal onde se infere duas premissas básicas: a liberdade e a responsabilidade (PETER, 1999). Essa liberdade se refere ao poder de decisão, que é inerente ao indivíduo, e que por isso mesmo o torna um ser responsável, uma vez que toda decisão implica não só em uma consequência como também em uma renúncia. Ou seja, é somente a partir da ação do sujeito sobre o mundo, através do processo de decisão, que se torna possível a realização de sentido, mas essa ação não deve ser vista apenas como uma intervenção externa, pois, de acordo com Frankl (1978 apud PEREIRA, 2013, p.100), “toda decisão implica autodecisão, e esta redundante, simultaneamente, em autocriação”.

Nesse contexto o indivíduo, partindo da atitude, isto é, da disposição de efetuar uma ação que tenha sentido, é capaz de se autodeterminar, “pois o homem não se destina a ser, mas vir a ser” (FRANKL, 1978 apud PEREIRA, 2013, p. 99). Isso pode ser percebido quando pessoas que são acometidas por uma situação de sofrimento começam a olhar aquela circunstância de outro ângulo, conseguindo tirar algum aprendizado de si que ainda não se tinha reconhecimento, podendo até ampliar ou fortalecer o próprio sentido de vida desse sujeito. Outro aspecto, estaria no valor de atitude, nele se encontram as possibilidades do homem intimamente ligada à capacidade do mesmo em converter um sofrimento em superação (NETO, 2012).

Contudo, o sofrimento pode, inicialmente, ser negado, assim como a primeira fase do luto, isso porque entra em contradição com os valores pessoais que foram desenvolvidos durante toda a vida que tinham como intuito melhor direcionamento nas ações do indivíduo. E, baseado nisso, chama-se de sofrimento o momento em que a realidade ataca o núcleo central de cada pessoa, fazendo com que se negue a situação em questão (CÔRREA, 2012). Corroborando essa ideia, Frankl (1992 apud NETO, 2012, p.45) aponta que:

Se sofremos por causa de alguma coisa, é precisamente porque não “a podemos sofrer”, isto é, porque não queremos permitir-lhe que vigore. A discussão com os dados fatais do destino é a missão última e rumo genuíno do sofrimento. Se uma coisa nos faz sofrer, é porque interiormente lhe voltamos as costas; é porque criamos distância entre a nossa pessoa e essa coisa.

Diante disso, surge a percepção de que o sofrimento não se caracteriza só como um ponto negativo. O sujeito idoso, por estar mais próximo da finitude, pode refletir sobre pontos de si e dos outros que nunca se fez pensar, se deparando com o que de fato é importante para sua própria existência, delineando novas valorações no sentido de atualizar sua dimensão espiritual diante da velhice. Dessa forma, pode-se inferir que o homem é capaz de mudar não a situação, mas sim a si mesmo, aliás, mudar de atitude, dando espaço para se ter uma vida realizada. Até mesmo, pois, diante de uma enfermidade ou sofrimento, o sujeito ainda é capaz de se realizar com ações que podem ser ressignificadas, vivências essas que talvez não teria se mostrado possível antes (CÔRREA, 2012; VELÁSQUEZ, 2018).

Nesse sentido, a morte não esgota o sentido da existência humana, ao contrário, o potencializa. Se a imortalidade fosse uma realidade possível, o homem poderia adiar suas ações até o infinito, não havendo urgência em realizá-las. Em contrapartida, a consciência da própria finitude leva o homem a aproveitar, ao máximo, seu tempo de vida, vivendo intensamente os instantes únicos de sua existência e podendo, a partir deles, alcançar o seu sentido (FRANKL, 2003).

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Estando o homem ciente não só de suas realizações positivas, mas também de situações diretamente ligadas com o sofrimento, as experiências emergentes na vida de cada um não estão presentes apenas em uma classificação de sucesso ou fracasso, mas sim na vivência significativa que o homem pode dar a essas situações, encontrando sentido não só frente a seus êxitos, mas também nos momentos mais dolorosos (VELÁSQUEZ, 2018). Neste ensejo, Pereira (2015) mostra que é por ser um ser espiritual que o sujeito pode transcender o

caráter reducionista dos condicionamentos a partir de cada decisão sobre as exigências concretas de cada momento.

O sofrimento, perante a morte, estaria se manifestando diante da negação da realidade que o sujeito se encontra, a partir do momento que ele se sente com os valores “renegados” por pressupor que não existe mais as possibilidades de vivenciá-los. Ou seja, sente-se com os seus valores e sentidos agredidos pela sua condição existencial, durante esse momento. Sendo assim, morrer não é um fato negativo. É antes de um fato positivo, uma vez que estabelece o fim do futuro e define as fronteiras das possibilidades humanas (KROEFF; REVERTÉ, 2018).

Assim, os valores de atitudes e o suprasentido estariam atuando frente a essas situações de sofrimento, no intuito de fazer com que o indivíduo saiba lidar com a sua finitude, não entrando em sofrimento extremo quando se deparar com sua condição de ser mortal. Com isso, fica evidente que há neste sujeito um algo a mais: uma força de obstinação que não se deixa domar. Esse processo, que Frankl vai chamar de antagonismo noogênico, implica acima de tudo um tensionamento para que o sujeito não sucumba às dificuldades que lhe são impostas, mas ao contrário, use delas para se afirmar (PEREIRA, 2015).

A prática logoterapêutica, partindo da noção que os seres humanos são livres e responsáveis para se posicionar frente ao próprio destino, se mostra como aliada para fomentar uma compreensão mais natural da condição de ser finito, diminuindo os estigmas associados a velhice. Dessa forma, pode contribuir para a promoção de reflexões acerca dessa temática através de espaços abertos de discussão nos diversos campos da sociedade, de maneira que esses debates possam ultrapassar visões estereotipadas, impactando diretamente no sofrimento por elas causado.

REFERÊNCIAS

BARBOSA, Caroline Garpelli; MELCHIORI, Lígia Ebner; NEME, Carmen Maria. A família e a morte: reflexões sobre as vivências de adolescentes, adultos e idosos. In: VALLE, Tânia Gracy Martins do; MAIA, Ana Cláudia Bortolozzi (Orgs.). **Psicologia do desenvolvimento humano e aprendizagem**. São Paulo: Cultura Acadêmica, 2011, p. 189-203.

CARVALHO, José Mauro Romer de. O vazio existencial e o sentido da vida. In: **Informação Psiquiátrica**. v.12, n.3. p. 111-115, 1993.

CÔRREA, Diogo. Do luto ao sentido: aportes da logoterapia no espaço psicoterapêutico. Mogi das Cruzes: **Psicol. teor. prat.** vol.14 no.3 São Paulo dez. 2012. Disponível em <http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1516-36872012000300015&lng=pt&nrm=iso>. acessos em 15 jun. 2019.

FRANKL, Viktor. **Psicoterapia e sentido da vida**: fundamentos da Logoterapia e análise existencial. 4 ed. São Paulo: Quadrante, 2003.

KROEFF, Paulo; REVERTÉ, Maria Antonia Lacasta. Biblioterapia em grupo de idosos em luto. In: OLIVEIROS, Olga; KROEFF, Paulo. In: **Finitude e Sentido da Vida**: A logoterapia no embate com a tríade trágica. Porto Alegre: Editora Evangrav, 2018, p. 191-202.

NETO, Barbosa. **Tanatologia e Logoterapia**: um diálogo ontológico. Ceará: Revista Logos & Existência: Revista da associação brasileira de Logoterapia e análise existencial, 1 (1), 38-49, 2012. Disponível em:<<https://pt.scribd.com/document/402636022/TANATOLOGIA-E-LOGOTERAPIA-UM-DIALOGO-ONTOLOGICO-pdf>> Acesso em: 10 de maio. 2019.

NETTO, José Valdecí Grigoletto. As fases do luto de acordo com Elisabeth Kübler-Ross. In: **ENCONTRO INTERNACIONAL DE PRODUÇÃO CIENTÍFICA UNICESUMAR**, 9., 2015, Paraná. *Anais...* Paraná: UniCesumar, 2015. p. 4-8. Disponível em: <http://www.cesumar.br/prppge/pesquisa/epcc2015/anais/Jose_Valdeci_Grigoletto_Netto_2.pdf>. Acesso em: 2 maio. 2019.

PEREIRA, Ivo Studart. O Homem e a Vontade de Sentido. In: _____. **A ética do sentido da vida**: fundamentos filosóficos da logoterapia. São Paulo: Ideias & Letras, 2013.

_____. A ontologia dimensional de Viktor Frankl: O humano entre corpo, psiquismo e espírito. In: **Logos e Existência**. v.4, n.1. p. 2-13, 2015. Disponível em: <<http://periodicos.ufpb.br/ojs/index.php/le/article/view/21725/13056>>. Acesso em: 10 de maio.2019.

PETER, Ricardo. **Viktor Frankl**: a antropologia como terapia. Trad. Thereza Christina Stummer. São Paulo: Paulus, 1999.

VELÁSQUEZ, Luiz Fernando. Os valores logoterapêuticos: sua importância ao final da existência. In: OLIVEIROS, Olga; KROEFF, Paulo. **Finitude e Sentido da Vida**: A logoterapia no embate com a tríade trágica. Porto Alegre: Editora Evangrav, 2018, p. 43-69.

XAUSA, Izar Aparecida de Moraes. (2003). **O sentido dos sonhos na psicoterapia em Viktor Frankl**. São Paulo: Casa do Psicólogo.

ZAMULAK, Juliana. Autotranscendência: caminho para superação do individualismo. Curitiba: **Revista da associação brasileira de Logoterapia e análise existencial**, 4 (2), 130-142, 2015. Disponível em: <<https://pt.scribd.com/document/382545803/AUTOTRASCENDENCIA-Caminho-Para-a-Superacao-Do-Individualismo>> Acesso em: 12 de maio. 2019.

ZIMERMAN, Guite I. **Velhice**: aspectos biopsicossociais. Porto Alegre: Artmed, 2000.