

A RELAÇÃO ENTRE O ESTOICISMO TARDIO E A LOGOTERAPIA

Luís Enrique Paulino Carmelo

<http://lattes.cnpq.br/7627905147535050>

Isabelle de Miranda Caproni

<http://lattes.cnpq.br/6979889221792726>

Lucas Carvalho Guerra

Pablo Lima Bertelli Machado

<http://lattes.cnpq.br/0260410631484290>

Patrícia Silva Cesconetto

Viviane Aparecida Costa Bemerguy

RESUMO: O presente artigo busca estabelecer uma comparação entre a Logoterapia e o estoicismo tardio, em especial no que tange o aspecto humano denominado por Viktor Frankl como o “poder de resistência do espírito” – conhecido também como resiliência. Para tanto, foi realizada uma pesquisa bibliográfica e uma avaliação dos escritos filosóficos de alguns dos principais autores do estoicismo tardio, a saber, Sêneca, Marco Aurélio e Epiteto, bem como a obra de Frankl no intuito de alcançar uma maior compreensão da capacidade humana de tolerância e sofrimento de forma digna em relação às dores e às adversidades, como também semelhanças e divergências destas correntes filosóficas e teóricas. Conclui-se que, apesar de pontos divergentes entre os autores, tanto Frankl quanto os estoicos tardios analisados possuem significativa preocupação quanto ao cultivo do espírito forte e a busca de virtudes como meio de atingir uma vida com sentido e, conseqüentemente, feliz.

PALAVRAS-CHAVE: Estoicismo; Poder de Resistência do Espírito; Resiliência; Virtude.

ABSTRACT: This article seeks to establish a comparison between logotherapy and late stoicism, especially regarding the human aspect called by Viktor Frankl as the “spiritual resistance” – also known as resilience. To this end, a bibliographical research and an evaluation of the

philosophical writings of some of the main authors of late stoicism, namely Seneca, Marcus Aurelius and Epictetus, as well as the work of Frankl, were carried out in order to achieve a greater understanding of the human capacity for tolerance and suffering in a dignified way in relation to pain and adversity, as well as similarities and divergences of these philosophical and theoretical currents. It is concluded that, despite divergent points between the authors, both Frankl and the late stoics studied have a significant concern regarding the cultivation of a strong spirit and the search for virtues as a means of achieving a meaningful and, consequently, happy life.

KEYWORDS: Stoicism; Spiritual Resistance; Resilience; Virtue

1 INTRODUÇÃO

Na virada da década de 1970 para 1980, diferentes autores de origem americana e inglesa passaram a dedicar seus estudos a um fenômeno peculiarmente humano: a capacidade de alguns indivíduos possuírem e permanecerem saudáveis mesmo passando por situações em suas vidas de profundas adversidades. A princípio, estes indivíduos eram denominados “pessoas invulneráveis” e tal fenômeno com o passar do tempo passou a ser denominado “resiliência” (Brandão, Mahfoud e Gianordoli-Nascimento, 2011). Viktor Frankl, fundador da Logoterapia, em sua obra mais conhecida, *Em Busca de Sentido* (Frankl, 2021), aponta que

os prisioneiros dos campos de concentração decidiam qual tipo de pessoa iriam se tornar. A atitude espiritual de decidir adotar uma postura positiva apesar de todas as adversidades encontradas em uma situação de sofrimento foi denominada de “força de resistência de espírito”, que também se pode chamar “força de obstinação do espírito” – ou ainda de “resiliência” - utilizando um termo mais usualmente empregado nos dias correntes, como mencionado acima. (Frankl, 2021)

Ainda no que se refere à capacidade do controle de si mesmo, há um movimento filosófico de origem grega que vem sendo rediscutido, dentre outros motivos, por conferir determinada importância à potencialidade humana supracitada.

O estoicismo, movimento intelectual que marca o período helenístico da filosofia concomitantemente à decadência da polis grega, acredita que por meio do autocontrole das emoções um indivíduo se torna capaz de ser indiferente aos prazeres e desprazeres,

tornando-se, assim, mais resiliente. Esse fenômeno se daria a partir da valorização e busca das virtudes.

No livro *Cartas a Lucílio*, escrito nos últimos anos de vida de Sêneca, o autor enfatiza que, sempre que possível, os seres humanos devem evitar a dor e o sofrimento. Na carta 67, Sêneca expressa o desejo de ser poupado da tortura, mas caso seja inevitável enfrentá-la, ele deseja fazê-lo demonstrando coragem, valor e firmeza. (Sêneca, 2004. p. 253). Já Frankl ensina que se deve aceitar o sofrimento inevitável da vida e que isso não significa uma atitude masoquista.

Levando em consideração estes fatores, este estudo tem por objetivo comparar a Logoterapia que traz a força de resistência do espírito como capacidade puramente humana e o Estoicismo tardio que traz a capacidade humana de tolerar as dores e adversidades mediante uma prevalência de seu atributo espiritual.

2 METODOLOGIA

Para nortear o alcance deste entendimento, reuniu-se estudos e pesquisas exploratórias, por meio de levantamentos bibliográficos, com abordagem qualitativa, que trazem articulações teóricas mais atualizadas e que possam ser mais uma via de compreensão para profissionais, bem como leigos que almejam entendimento sobre esta abordagem psicoterápica.

3 FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA

3.1 LOGOTERAPIA E O PODER DE RESISTÊNCIA DO ESPÍRITO

A Logoterapia, como corrente psicoterapêutica, possui como um de seus fundamentos teóricos a tese de que o homem possui pré-disposições inerentes à sua constituição que, no entanto, não constituem fatores limitantes à liberdade humana.

As pré-disposições mencionadas acima, também nomeadas como “destinos” por Frankl, são os destinos biológico, psicológico e sociológico (Frankl, 2019). O homem, todavia, situa-se acima destas limitações constitutivas do seu ser, uma vez que, sendo um ente espiritual, é dotado de liberdade e do chamado “poder de resistência do espírito”, o qual encontra-se na dimensão puramente humana, que é a dimensão espiritual. Nenhuma complicação patológica representa, de acordo com este conceito, uma configuração definitiva para o horizonte humano. Assim, um ser, por mais limitado que possa ser seus movimentos ou sentidos externos, poderá gozar de uma potência para realizar-se enquanto pessoa dotada de uma missão que lhe é própria, de um sentido a ser realizado.

Da mesma maneira, as complicações psíquicas que advenham de uma herança familiar, ou mesmo de um upbringing próprio de uma determinada sociedade, não constituirão material suficiente para que um homem viva de determinada maneira, seja esta positiva ou negativa nos mais diferentes termos. Contudo, não se pode negar a influência do passado biopsíquico atuante

sobre o homem. Aristóteles, em sua Política (Aristóteles, 2010), afirma que o homem é um animal social, um ζῷον πολιτικόν, isto é, um ser que por sua essência pertence a uma organização convivial própria, na qual busca alcançar a felicidade e desenvolver suas demais potencialidades.

Assim, o homem sozinho não é autossuficiente. Como ser relacional, ele depende de uma inserção em uma pólis para viver e continuar existindo. É neste ambiente que desempenhará o seu trabalho, realizará as transações econômicas que lhe proporcionarão sua subsistência, constituirá família e garantirá a continuidade e a preservação do gênero humano.

Cada homem por sua vez existe em uma determinada sociedade, com determinados costumes e tradições e uma configuração política que lhe é própria. É irrealista acreditar que um homem se faz do zero, isento da influência do meio sobre si mesmo. A educação que lhe é dada, desde sua mais tenra idade, poderá influir sobre seus impulsos, ou melhor, sobre sua educação a respeito do controle deles.

Neste sentido, o neuropsiquiatra vienense afirma não existir fraqueza de vontade por nascimento. O ser humano, ainda que influenciado por uma determinada cultura e tradição, goza de uma atitude espiritual livre em relação a este destino que lhe é imposto:

Os erros da educação não são nenhuma desculpa; são para acertar por meio da autoeducação. Por outro lado, o fatalismo neurótico significa uma fuga à responsabilidade com que oneram os homens a sua própria irrepetibilidade e o seu “caráter de algo único”. (...) A atitude espiritual de um

homem tem, portanto, certa margem de liberdade de movimentos em face do que nele há, não apenas de físico, mas também de anímico; e nem de longe ele tem que se submeter cegamente ao seu destino psicológico (Frankl, 2019, p. 173).

Ademais, Frankl acredita ainda que o homem é um ser a quem não lhe basta o argumento de que uma má educação lhe tenha impresso um caráter que não lhe agrade ou não lhe convenha, pois entende que a tarefa da autoeducação ou da chamada complementação educacional lhe são próprias enquanto ser que busca a perfeição.

Para demonstrar a tese deste chamado poder de resistência do espírito, pode-se recorrer à própria biografia do autor que concebeu este termo, narrada em seu livro *Em Busca de Sentido* (Frankl, 2021). Havendo vivido por 3 anos em um ambiente completamente hostil dos campos de concentração pelos quais passou, Frankl pôde ao cabo de sua experiência de vida afirmar que o ser humano transcendia a limitadíssima liberdade externa à qual estava submetido simplesmente por dispor e exercitar uma liberdade interior que lhe possibilitava assumir uma atitude alternativa em relação às condições impostas.

Assim sendo, mesmo diante de um espectro de possibilidades reduzido, como ingerir um pedaço de pão de imediato ou guardá-lo para ao longo do dia – dilema que encarou repetidas vezes ao longo de anos –, o prisioneiro vienense tinha o poder de decidir como pessoa humana, sendo capaz inclusive de renunciar ao clamor de se saciar, exigido por seu organismo, em favor de um benefício de outrem.

De maneira alguma, segundo a tese deste mesmo autor, o indivíduo deveria se subordinar cegamente ao seu destino psicológico, pois a atitude espiritual de um homem tem, portanto, certa margem de liberdade de movimentos em face do que nele há, não apenas físico, mas também anímico.

Ainda assim, antes das leis sociológicas influenciarem o indivíduo, elas passam por uma zona de liberdade individual, nunca determinando inteiramente o ser, o que significa que o homem haverá de preservar certa margem de livre decisão em face do destino social. O homem conservará, assim, a liberdade e a possibilidade de decidir a favor ou contra a influência do meio ambiente. Esta liberdade e possibilidade haverão de estar sempre ao seu dispor segundo os fundamentos da logoterapia.

Em certo grau, a força de resistência do espírito está ligada ao primeiro pilar da Logoterapia – a liberdade da vontade. Em suma, a liberdade da vontade, ensina Frankl (2021), consiste na capacidade que a pessoa humana pode adotar, independentemente das circunstâncias que a rodeia.

Considerando que a pessoa humana é um ser livre para se posicionar frente a situações e esse ser um atributo fundamental da existência, observa-se na força de resistência do espírito a base para que esse posicionamento, ou seja, essas escolhas, sejam feitas com base no binômio Liberdade-Responsabilidade e, dessa maneira, o indivíduo possa se direcionar na vida pelo Sentido (Frankl, 2019).

É importante destacar que esse posicionamento perante o chamado da vida na maior parte das vezes é caracterizado por desafios os quais cada pessoa enfrenta. Tais desafios presentes na vida de cada indivíduo é denominado por Frankl como arco de tensão – aquela tensão sadia e necessária para impulsionar o indivíduo do “ser” para o “dever ser”. Quando estes desafios - essa tensão - lhe proporciona uma sensação de completude interior em vez de causar incômodo (inquietação), pode-se dizer que esse indivíduo está no caminho de uma vida com sentido.

Além de livre e responsável, a pessoa humana também é auto transcendente e capaz de sofrer. Esse atributo humano de ser capaz de sofrer liga-se diretamente à força de resistência do espírito. Um indivíduo que se encontra diante de um sofrimento inevitável, como relata a teoria de Frankl, é chamado a fazer uso dos valores de atitude. Estes valores são capazes de levar o mesmo a mudar a si mesmo frente a uma adversidade que não pode ser alterada, como, por exemplo, a perda de um ente querido (Frankl, 2019). A capacidade de sofrer, contudo, apesar de humana, não é adquirida como um presente, e sim, algo conquistado. Essa conquista se dá a partir de escolhas que tornam a pessoa capaz de sofrer dignamente as intempéries da vida.

Em seu livro *Psicoterapia e Sentido da Vida* (Frankl, 2019) ao tratar do poder de resistência do espírito, aponta que o que há de fatal na vida apresenta-se principalmente sob três formas: as suas disposições, ou, o “fado somático” (assim denominado por Tandler); a sua condição, ou, a totalidade das suas concretas situações externas; e a

sua atitude, sendo que esta, contrariamente às outras, é livre.

Sendo a posição do homem o resultado da integração das disposições e condição, uma mudança de posição significa uma modificação da atitude no tempo e com o tempo. As disposições representam o destino biológico do homem, e a condição, o seu destino sociológico. Contudo, deve-se juntar a isso o destino psicológico, do qual faz parte aquela atitude anímica que, por não ser livre, não constitui ainda uma livre tomada de posição espiritual.

A eterna luta entre a liberdade e o destino, tanto interior como exterior, que se dá no homem é o que propriamente faz a vida. Sem desdenhar do que é dado como factual, são as provas que garantem a liberdade humana. Quando o homem defronta seu destino biológico, há de contentar-se? Será o destino decretado ao ponto de certas disposições estarem inevitavelmente configuradas pelo biológico sem que nada reste a fazer? Considerando a Logoterapia de Frankl, a resposta é não.

Então nos casos em que o fisiológico está em íntima relação com o psíquico, ainda não determina que, de per si, um destino inalterável, mas sim um mero ponto de partida para uma configuração livre, pois o destino biológico é, para a liberdade humana, puro material a configurar.

A respeito do destino psicológico, Viktor Frankl refere-se àquele elemento anímico que contamina a liberdade humana. Os neuróticos consideram a fraqueza de vontade como força por nascimento. O fato é que

não existe este fatalismo com o que eles se justificam, pendendo para a fé cega do destino, invocando a implacabilidade dos seus instintos ou melhor dizendo, a fraqueza de seu caráter.

Frankl conclui que, sempre que alguém sucumbe às forças do seu meio ambiente social que lhe modelam o caráter, é precisamente porque antes, se deixou decair no aspecto espiritual. Mesmo quando num ambiente socialmente estreito, com limitações sociais impostas à sua liberdade pessoal, ainda resta ao homem aquela derradeira liberdade com que, de um ou de outro modo, consegue configurar a sua existência.

3.2 ESTOICISMO E RESILIÊNCIA

No decorrer da história o conceito de resiliência passou por diversas definições e vários foram os autores que buscaram compreender tal fenômeno. Luthar e Zelazo (2003) definem a resiliência como um processo dinâmico que possui como resultado uma adaptação positiva de um indivíduo frente a uma significativa adversidade.

Tal definição traz consigo três elementos que devem estar atrelados ao conceito de resiliência, que são eles: a ideia de adversidade, riscos ou trauma; a adaptação positiva ou mesmo a superação de tal adversidade e o processo que leva consideração a dinâmica presente entre os mecanismos emocionais, cognitivos e socioculturais que influem no ser humano.

Embora atualmente o estoicismo seja utilizado quase que sistematicamente através de recortes descontextualizados, como uma

filosofia empregada em diversos âmbitos do mundo empresarial e motivacional, esconde-se por trás de seus escritos uma imensa sabedoria humana, fruto de séculos que reflexão acumulada na Hélade grega.

Muitos de seus principais representantes têm como um elemento central a preocupação com o homem, herdando, nesse aspecto, a grande revolução iniciada já com os sofistas ao deslocar o eixo de pesquisa da natureza, da *physis*, para a alma humana.

Diferentemente da tradição socrática, os estoicos não eram adeptos fiéis à doutrina da segunda navegação, uma das grandes descobertas de Platão, que trouxe grande contribuição para a metafísica.

Platão com seu pensamento deu um longo avanço apontando as verdadeiras causas desse mundo como algo além do que se pensava antes, isto é, além do sensível. A essa descoberta o filósofo grego deu o nome de segunda navegação. Essa comparação é referente aos hábitos marítimos; a primeira navegação se refere ao sensível como, por exemplo, o vento que sopra as velas do barco. Quando esses cessam, faz-se necessário recorrer à força através dos remos que simbolizam a libertação dos sentidos para um raciocínio puro que irá captar o que é próprio do intelecto e da mente. (Teixeira, 2016)

Os estoicos tampouco acreditavam na imortalidade da alma humana. Sua preocupação central, no que se refere ao campo da ética, era o viver bem, tendo como finalidade última a aquisição da felicidade.

Para isso, empregavam uma série de máximas e princípios aos quais se tem acesso pelo legado de grandes representantes desta tradição filosófica. Dentre os diversos autores

associados à tradição da escola do Pórtico de Zenão, como também é chamada, se fará aqui um recorte de um grupo de representantes do estoicismo tardio: Epiteto, Sêneca e Marco Aurélio, autores com experiências de vida, origem e hierarquia social completamente diversas, mas que convergiam em um ponto destacado no presente trabalho: a preocupação com a não-irritabilidade da alma como ferramenta necessária à imperturbabilidade e, conseqüentemente, à vida feliz.

Ao observar três fundamentos centrais do estoicismo, pode-se encontrar semelhanças importantes com o conceito de força de resistência do espírito, são eles: a imperturbabilidade, o domínio das paixões e a aceitação do destino.

A imperturbabilidade é a capacidade que o indivíduo possui de afastar-se de si mesmo apesar das adversidades. Isto é, o indivíduo virtuoso deve ser capaz de não mergulhar no sofrimento, mas sim, de avaliar a situação e agir pelo uso da razão para guiar seu caminho.

O domínio das paixões demanda que a pessoa seja capaz de ter clareza dos seus impulsos, desejos e que acima de tudo suas escolhas sejam feitas a partir do que é melhor do ponto de vista racional, mesmo que isso cause desconforto físico. O domínio das paixões possibilita decisões que buscam um bem maior e não apenas a satisfação dos desejos mais primitivos.

Epiteto foi um escravo e filósofo estoico grego tardio que influenciou enormemente a filosofia ocidental, deixando como legado,

entre outros escritos, o seu Manual, *Enchiridion*. Neste escrito, que concentra uma série de aforismos curtos e conselhos práticos à busca de uma vida equilibrada e feliz, Epíteto diz que o homem não deve se perturbar com as coisas que não dependem dele: deve-se concentrar, sobretudo, no campo de atuação que lhe é acessível, isto é, as ações práticas, o bem que pode fazer aos demais e ao mal direto que puder evitar.

O que não depende do homem não deveria ser motivo de inquietação, segundo ele, mas sim de aceitação e de conformidade da alma. Os males externos, os acontecimentos negativos e maléficos que atuassem sobre o homem, não poderiam ser razão para a infelicidade, mas servir de substrato para o reposicionamento do homem na realidade. Em seu Manual, afirma que:

Do que existe, algumas coisas dependem de nós. Outras não. De nós depende o julgamento, o impulso, o desejo, a rejeição e, numa palavra, tudo o que é da nossa conta. E nosso corpo, bem, reputação, cargos e, enfim, tudo que não é da nossa conta, não depende de nós. E o que depende de nós é por natureza livre, não sujeito a obstáculos ou impedimentos; enquanto o que não depende de nós é fraco, escravo, sujeito a impedimentos, estranho. Lembre-se, portanto, que se você considerar livre o que é escravo por natureza e o que é próprio de

outro, você sofrerá impedimentos, sofrerá, será perturbado, fará censuras aos deuses e aos homens, enquanto se você considera que só o que é seu é seu e o que é estrangeiro, como na realidade é, estrangeiro, ninguém nunca vai te forçar; ninguém vai te atrapalhar; você não vai fazer censuras a ninguém, você não vai reclamar para ninguém, você não fará nada contra sua vontade, você não terá nenhum inimigo, ninguém irá te machucar ou nada de prejudicial acontecerá com você. (Epíteto, 1995 p. 183) ¹

Segundo o mesmo autor, toda a infelicidade decorrente do homem é originada das opiniões que ele mesmo deposita nas coisas enquanto sob seu ponto de vista, nunca das coisas em si mesmo. Aqui se faz necessária a preparação do espírito para lidar com a frustração das coisas advindas do universo, isto é, que ultrapassam a capacidade humana de controle e decisão. O ser humano bem-educado que busca a virtude e age corretamente seria para Epíteto o homem que compreende corretamente a natureza das coisas e se comporta de modo impassível diante das adversidades, ainda que dolorosas, tendo em vista sua limitada capacidade de ação face ao incontrolável.

Marco Aurélio (2019), o filósofo imperador, na primeira parte de seu livro *Meditações* traz uma série de agradecimentos sobre as

¹ *De lo existente, unas cosas dependen de nosotros. Otras no dependen de nosotros. De nosotros dependen el juicio, el impulso, el deseo, el rechazo y, en una palabra, cuanto es asunto nuestro. Y no dependen de nosotros el cuerpo, la hacienda, la reputación, los cargos y, en una palabra, cuanto no es asunto nuestro. Y lo que depende de nosotros es por naturaleza libre, no sometido a estorbos ni impedimentos; mientras que lo que no depende de nosotros es débil, esclavo, sometido a impedimentos, ajeno. Recuerda, por tanto, que si lo que por naturaleza es esclavo lo consideras libre y lo ajeno propio, sufrirás impedimentos, padecerás, te verás perturbado, harás reproches a los dioses y a los hombres, mientras que si consideras que sólo lo tuyo es tuyo y lo ajeno, como es en realidad, ajeno, nunca nadie te obligará, nadie te estorbará, no harás reproches a nadie, no irás con reclamaciones a nadie, no harás ni una sola cosa contra tu voluntad, no tendrás enemigo, nadie te perjudicará ni nada perjudicial te sucederá (Epíteto, 1995, p.183)*

virtudes adquiridas ao observar o caráter de pessoas com quem conviveu e estudou. A Apolônio, um outro filósofo estoico, agradeceu a “liberdade e a ponderação à prova de contestação”. Agradece ainda a outro estoico, Máximo, por ensinar-lhe sobre o autocontrole e sobre não perder as rédeas das situações.

Algo que Marco Aurélio fez em toda sua vida. Sabe-se, por exemplo, que o imperador perdeu alguns filhos ainda quando crianças e teve diversas dificuldades familiares, o que não lhe impediu de agradecer aos deuses por tudo o que teve que viver.

Ademais, o imperador estoico repudiava veementemente o movimento da alma de violência consigo mesma, seja por alguma inconformidade com expectativas frustradas, seja por desejos não saciados. Para ele, o próprio da natureza humana é viver obedecendo a razão e a lei estabelecida pelo Estado (que por sua vez, deveria ser governado racionalmente). A filosofia, portanto, seria a ferramenta capaz de oferecer aos homens esta orientação necessária para conduzir a vida deste modo. Qualquer irritabilidade pela revolta em se deixar guiar razão em detrimento do desejo não perseguido seria digno de indivíduos fracos e efeminados.

Sêneca, por sua vez, em suas Cartas a Lucílio, obra de notável importância filosófica, relata em sua quarta carta que “Se queres ter uma vida agradável, deixa de preocupar-te com ela” e ainda que “Podes estar certo disto: quem despreza a própria vida é absoluto senhor da sua!” (Sêneca, 2004). Trata-se, claro, apenas de um recorte seletivo de uma enormidade de conselhos práticos epistola-

res dados pelo filósofo em questão ao seu amigo, mas eles, no entanto, resumem um princípio perene da doutrina do filósofo de Córdoba.

Abandonar-se a si mesmo, mantendo uma seriedade de espírito, tendo em vista uma vida meditada e bem vivida conforme à lei natural, parece ser, segundo Sêneca, a chave para uma ética da felicidade, que tem como preocupação, aliás, a proteção do espírito diante a corrupção do corpo:

Prossegui, pois, um estilo de vida correcto e saudável, comprazendo o corpo apenas na medida do indispensável à boa saúde. Mas há que tratá-lo com dureza, para ele obedecer sem custo ao espírito: limite-se a comida a matar a fome, a bebida a extinguir a sede, a roupa a afastar o frio, a casa a servir de abrigo contra as intempéries (Sêneca, 2004 p. 19).

Sêneca adota igualmente uma postura de desconfiança em relação à multidão. Assim como Marco Aurélio, possui uma aversão aos aplausos coletivos, a partir dos quais um indivíduo poderia enganar-se a respeito das coisas importantes e verdadeiras e a partir disso deleitar-se indevidamente. Por essa razão afirmou, escrevendo a Lucílio, que “Os teus autênticos bens são apenas do foro íntimo” (Sêneca, 2004). Assim sendo, coloca a vida interior como a via a partir da qual a razão poderia ser acessada e o raciocínio não ser corrompido.

4 DISCUSSÃO

Tanto Frankl como os estoicos tardios aqui citados possuem uma preocupação capital no tema do cultivo de um espírito forte.

Se para Frankl, a questão reside na resistência do espírito como contraponto ao pan-determinismo que se faz presente nas correntes psicológicas contemporâneas, no arcabouço teórico estoico, por outro lado, o tópico da resistência do espírito, se assim poder-se-ia enquadrá-la, se dá como meio necessário para atingir a imperturbabilidade psíquica diante de problemas cujas soluções e chaves de compreensão escapam ao controle humano.

Seria um anacronismo tentar enxergar os estoicos tardios como psicólogos preocupados com problemas e temáticas que desenvolver-se-iam dois milênios após sua existência, como o determinismo, o niilismo e o existencialismo.

Tanto Frankl quanto os filósofos em questão ao se referiam ao fato de o prazer não poder ser o guia definitivo para uma existência humana plena. Pelo contrário, o homem deveria, segundo estes últimos, controlar ativamente seus apetites sensíveis para que seu espírito fosse forte o suficiente para tomar as rédeas da vida humana.

No entanto, pode-se estabelecer duas diferenças principais aqui quanto à abordagem do grupo de autores estoicos e a de Frankl.

Em primeiro lugar, a felicidade na perspectiva frankliana não pode ser obtida intencionalmente, mas sim como resultado de um

agir com sentido. Ela não é buscada em si mesmo, sendo apenas um side effect (efeito colateral) relativo à busca e à realização de um sentido determinado referente à vida de uma pessoa. A força de resistência do espírito haverá de desempenhar aí um papel instrumental no que concerne aos meios necessários para encontrar o sentido, não sendo ela um fim em si mesmo, do mesmo modo que a felicidade não o é.

Já os estoicos, por seu turno, têm uma ética que procura alcançar uma paz de espírito (ataraxia) como efeito primário de exercícios espirituais segundo os quais o corpo deverá se submeter ao espírito. Este autocontrole está diretamente vinculado à felicidade, ou melhor dizendo, ao centro da ética estoica, e é procurado ativamente, diferentemente do que ocorre na prática logoterapêutica.

Em segundo lugar, a Logoterapia traz que a essência da existência humana é a autotranscendência, que é essa abertura, que faz com que o humano seja humano. Frankl fala que a autotranscendência é uma característica ontológica fundamental da realidade humana, ou seja, a realização humana caminha pela autotranscendência que é viver em função de “um sentido a realizar ou para outro ser humano a encontrar, para uma causa à qual se consagrar ou para uma pessoa a quem amar” (Frankl, 2005).

Os estoicos tardios não desprezam o convívio social. Por outro lado, repetidas vezes sublinham a importância de uma convivência sadia em sociedade, respeitando inclusive os ditames sociais referentes à boa convivência, como parte de sua ética. No entanto, a ênfase encontrada nos textos selecionados

na análise aqui presente se dá no indivíduo centrado em si mesmo, quase como um circuito fechado, isto é, o indivíduo como o único ser responsável pela realização de sua felicidade.

5 CONCLUSÃO

Embora existam certas semelhanças entre Frankl e o grupo de filósofos estoicos aqui analisados, como a de acreditarem em uma determinada capacidade humana de resistir aos impulsos, desejos, acessos de ira e demais afetos e reações capazes de desviar o homem de sua finalidade auto transcendente, segundo Frankl, ou de atuar contra si mesmo, segundo os estoicos tardios. No entanto, somente Frankl dará um nome a esta capacidade humana, e a denominará “força de resistência do espírito”.

Considerando que o homem é capaz de escolher apesar de qualquer condicionamento, Frankl apontará que “à condicionalidade factual do homem se deve contrapor sua incondicionalidade facultativa” (Frankl, 2019). O homem incondicionado não é apenas o nome de uma de suas obras, mas um pressuposto fundamental para a prática logoterapêutica. Este princípio era empregado na prática pelos estoicos tardios dois milênios atrás, quando consolidariam o que a filosofia antiga já tinha estabelecido anteriormente quanto à liberdade humana e de que se serviria o psiquiatra vienense em seus escritos muitos séculos depois.

No entanto, é inevitável que diferenças entre eles sejam percebidas e apontadas - como feito no presente trabalho -, pois cada autor aqui examinado tinha um propósito diferente ao redigir seus escritos. Se Frankl preocupava-se em estabelecer um método terapêutico próprio, Sêneca e Marco Aurélio, por seu turno, escreviam a um amigo e a si mesmo, respectivamente.

Mais que as diferenças aqui notadas, é salutar estabelecer pontos de algumas semelhança nas obras destes autores, o que poderá ser desenvolvido com mais profundidade em uma dissertação ou mesmo em uma tese doutoral futura.

Vivendo em épocas e meios culturais totalmente diversos, estes autores ainda seguem sendo fontes inesgotáveis de conhecimento da alma humana, não limitando-se a um exame próprio apenas, mas sendo particularmente ativos quanto a recomendações práticas do que o indivíduo deve fazer para atingir o seu dever-ser.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

AURÉLIO. M. **Meditações**. Tradução e notas de Edson Bini. São Paulo: Edipro. 2019.

ARISTÓTELES. **A Política**. in Coleção Livros que mudaram o mundo. São Paulo: Folha de São Paulo, 2010.

BRANDÃO, J. M.; MAHFOUD, M.; GIANORDOLI-NASCIMENTO, I.F. **A construção do conceito de resiliência em psicologia**: discutindo as origens. Paidéia (Ribeirão Preto), 21(49), 263–271. 2011

DE HIERÁPOLIS, E. **O manual de Epicteto**: versão original. Ucrânia. André L. D. Cunha. 2021.

_____. **Manual**. Gredos Editorial. Madrid: 1995

FRANKL, V. E. **Em busca de sentido**: um psicólogo no campo de concentração. 52 ed. Tradução Walter O. Schlupp e Carlos C. Aveline. São Leopoldo: Sinodal; Petrópolis: Vozes, 2021.

_____. **Um Sentido para a Vida**: psicoterapia e humanismo. Aparecida: Ideias & Letras, 2005.

_____. **The will to meaning**. Plume. Nova Iorque. 2014

_____. **Psicoterapia e sentido da vida**: fundamentos da Logoterapia e análise existencial. Trad. Alípio Maia de Castro. 7 ed. Quadrante. São Paulo. 2019

_____. **O sofrimento humano.** É Realizações. São Paulo. 2019

LUTHAR, S. S.; ZELAZO, L. B. Research on resilience: An integrative review. In S. S. Luthar (Ed.), **Resilience and vulnerability: Adaptation in the context of childhood adversities** (2nd ed., pp. 510-549). New York: Cambridge University Press. 2003

SÊNECA, L. A. **Cartas a Lucílio.** Tradução, Prefácio e Notas de J. A. Segurado e Campos. 2 ed. Fundação Calouste Gulbenkian. Lisboa. 2004.

TEIXEIRA, E. T. D. **A Doutrina das ideias de Platão.** 2016. Disponível em: <https://pensamentoextemporaneo.com.br/?p=2651> acesso 19/05/2024.