

## EM BUSCA DE SENTIDO NA PANDEMIA: ARTICULAÇÕES ENTRE A OBRA DE VIKTOR FRANKL E O CONTEXTO ATUAL<sup>1</sup>

José Roberto De Souza<sup>2</sup>  
Lucas Patrik de Lima Tavares<sup>3</sup>  
Pedro Hiago Albuquerque Ferreira<sup>4</sup>  
Ronald Mendes Borges<sup>5</sup>  
Thayson José Mendes Nunes<sup>6</sup>  
Luciene Corrêa de Miranda Moreira<sup>7</sup>

### RESUMO:

A obra de Viktor Frankl “Em busca do sentido”, a qual relata as considerações do autor – um psiquiatra judeu - acerca de sua vivência em um campo de concentração na Segunda Guerra traz importantes pontos de reflexão sobre as reações dos indivíduos quando em situações de adversidade e o caminho possível para não sucumbir – encontrar um sentido que faça valer a pena persistir. Atualmente, com a pandemia da Covid-19, a obra mostrou-se ainda mais atual, pois, por muitos meses, vivemos uma realidade de horror confinados em nossas próprias casas, num contexto marcado por uma doença grave e inédita, muitas mortes e, inclusive, pelo aumento dos casos de problemas de saúde mental e de suicídios. Assim, o presente artigo pretende realizar uma associação entre esses dois momentos históricos, ressaltando vivências emocionais parecidas nos dois contextos e apontando meios de se sair da tragédia de forma mais saudável.

Palavras-chave: Sentido. Espiritualidade. Pandemia. Suicídio. Saúde mental.

### ABSTRACT:

Viktor Frankl's book “In search of meaning”, which reports the considerations of the author - a Jewish psychiatrist - about his experience in a concentration camp in World War II brings important points of reflection on the people's reactions when in situations of adversity and the possible path not to succumb – to find a meaning that makes it worth persisting. Currently, with the Covid-19 pandemic, the work proved to be even more current, as for many months we lived a reality of horror confined to our own homes, in a context marked by a serious and new disease, many deaths and, including the increase of mental health problems and suicides. Thus, this article intends to make an association between these two historical moments, highlighting similar emotional

---

<sup>1</sup> Artigo redigido pelos membros do Grupo de Estudos “Contribuições da psicologia para seminaristas” – como exigência anual do Centro de Extensão e Pesquisa do UniAcademia

<sup>2</sup> Discente do curso de Graduação em Filosofia do Centro Universitário Academia (UNIACADEMIA), Seminarista.  
E-mail: joserobertoccpv@gmail.com

<sup>3</sup> Discente do curso de Graduação em Filosofia do Centro Universitário Academia (UNIACADEMIA), Seminarista.  
E-mail: lucaslimato@hotmail.com

<sup>4</sup> Discente do curso de Graduação em Filosofia do Centro Universitário Academia (UNIACADEMIA), Seminarista.  
E-mail: pedrohiaago0@gmail.com

<sup>5</sup> Discente do curso de Graduação em Filosofia do Centro Universitário Academia (UNIACADEMIA), Seminarista.  
E-mail: ronaldmendesb@gmail.com

<sup>6</sup> Discente do curso de Graduação em Filosofia do Centro Universitário Academia (UNIACADEMIA), Seminarista.  
E-mail: nunesmendesz@gmail.com

<sup>7</sup> Docente de Psicologia no UniAcademia, orientadora do Grupo de Estudos “Contribuições da psicologia para seminaristas”. Mestre em Psicologia pela UFJF. E-mail: lucienemoreira@uniacademia.edu.br

experiences in the two contexts and pointing out ways to get out of the tragedy in a healthier way.

Keywords: Meaning. Spirituality. Pandemic. Suicide. Mental health.

## 1 INTRODUÇÃO

Desde março de 2020, com a chegada, no Brasil, do vírus SARS-Cov-2 – causador da Covid-19 – brasileiros e brasileiras têm lidado com mudanças abruptas em seu cotidiano. Inicialmente, o pânico; a desinformação (ou a disseminação de informações falsas e/ou, ao menos desencontradas); a urgência de se aprender simples técnicas de biossegurança, outrora negligenciadas, mas, a partir de então, essenciais para se tentar sobreviver e/ou não contaminar pessoas próximas; a necessidade de se abandonar o seu ambiente de trabalho e ficar em casa, dentre outras questões só vistas nos filmes e na literatura de ficção científica.

Os meses foram passando, o número de infectados e infectadas crescia exponencialmente, houve relato de presença do vírus em (praticamente) todas as cidades brasileiras, os mortos e mortas, inicialmente divulgados como números, se tornaram, para muitas famílias, nomes, sobrenomes, histórias de vida e afeto. A situação não era mais apenas da ordem da doença, da saúde física. Não somos apenas corpos sobrevivendo em meio a um vazio. Somos seres biopsicossociais e espirituais – corpos, dotados de mentes pensantes e “sentintes”, seres sociais e gregários, cuja espiritualidade é indissociável deste ser imaterial e, finalmente, estamos imersos num contexto histórico, cultural, geográfico e temporal.

Daí, compreende-se que um vírus descoberto, inicialmente, do outro lado do mundo, de alto poder de transmissibilidade, virulência e letalidade – em especial para populações mais vulneráveis – que rapidamente cruzou todo o mundo, deixando rastros de doença, incerteza, mortes e desespero mundial, não iria contaminar e dizimar apenas corpos. A dimensão psíquica também foi intensamente abalada. Problemas de saúde mental foram agravados, pessoas que nunca haviam vivenciado sintomas característicos de transtornos mentais passaram a apresentar. O contexto como um todo se tornou extremamente adverso, resultando em desajustes na ordem das emoções, dos sentimentos, o que acabou intensificando ainda mais os impactos devastadores do vírus nos corpos. Tristeza, luto antecipado, medo de ser intubado,

pânico de ser contaminado, culpa por ter, supostamente, contaminado uma pessoa querida que acabou não resistindo ao vírus foram algumas das situações que acabaram por impactar de modo negativo na saúde mental das pessoas, além de, inclusive, contribuir para o aumento de casos de suicídio.

Na esfera social, os impactos também foram desastrosos. O distanciamento social como medida de contenção do poder de transmissibilidade do vírus fez com que famílias se afastassem de modo abrupto, isolou idosos e pessoas mais vulneráveis do contato com pessoas queridas, contribuiu para o aumento do desemprego e das desigualdades sociais. Ficar em casa (para quem tem casa), para alguns, foi um castigo, conviver tão perto de pessoas próximas acabou por causar inimizades e divórcios; a falta da separação entre espaço de casa e de trabalho tornou as pessoas ainda mais sobrecarregadas; a falta de contato social e momentos de lazer fora de casa fez com que muitas pessoas se acostumassem com o isolamento, impactando de modo ainda mais negativo na saúde mental das pessoas... tudo era novo, nada era bom, por um tempo, as pessoas perderam as expectativas de um futuro feliz.

A OMS – Organização Mundial de Saúde - (1947 apud SCLIAR, 2007) preconiza que saúde não é apenas a ausência de doença, mas o completo estado de bem-estar físico, psicológico, social e emocional, de onde se é possível afirmar que o vírus impactou de modo drástico na saúde de, praticamente, (quase) todas as pessoas, mesmo que não tenham sido infectadas pelo vírus. Praticamente dois anos após o início do possível maior pesadelo que as gerações atuais enfrentarão em suas vidas, vive-se uma realidade marcada pela redução no número de mortes por Covid-19, o aumento do número de pessoas vacinadas e, conseqüentemente, a retomada gradual de algumas atividades anteriormente abandonadas. Porém, nem tudo pode ser retornado ao que era antes. Foram muitas vidas perdidas, sobreviventes que hoje convivem com sequelas de uma doença ainda pouco conhecida, saúde mental abalada, o que interfere diretamente nos relacionamentos interpessoais estabelecidos e na realização de atividades.

Há pessoas que vivem a resignação do “é assim mesmo, a vida continua”, outras, tentam reunir suas forças e buscar ajuda no sentido de promover a saúde, num sentido amplo. Nesse contexto, torna-se crescente a busca de profissionais de saúde mental – para dar suporte às dimensões psicológica e social – e de religiosos – buscando-se apoiar e fortalecer do ponto de vista espiritual.

Nesse contexto extremamente adverso surge, através de edital do Centro de Extensão e Pesquisa do UniAcademia, junto a uma professora de formação em Psicologia e os alunos seminaristas do curso de Filosofia, o grupo de estudos “Contribuições da psicologia para seminaristas: relações interpessoais, cuidado emocional do outro e de si”. Desde abril de 2021, a professora e cinco alunos têm estudado textos e artigos, debatido nas reuniões de forma a aprofundar seus conhecimentos acerca destas chamadas dimensões psicológica e social nas quais o ser humano se encontra inserido. Os seminaristas e, no futuro, padres, podem se beneficiar por aproximarem-se de conteúdos que abordam questões indissociáveis de sua vida vocacional, tais como afetos, identidade, empatia, luto, morte, dentre outros.

O grupo começou a existir um ano após o início da pandemia no Brasil e, sem exceções, brasileiros e brasileiras encontravam-se abalados emocionalmente em decorrência deste último ano. As tecnologias da informação e da comunicação se aprimoraram no intuito de favorecer o contato entre as pessoas, ainda muito isoladas, mas, não deram conta de substituir o abraço e a mão no ombro do/a outro/a naquele momento em que este precisa de apoio. Nas reuniões, os temas abordados, mesmo que, inicialmente não faziam menção à pandemia, acabavam por propiciar reflexões profundas acerca deste tema tão atual e necessário.

Até que o grupo se voltou à leitura de “Em busca do sentido”, de Viktor Frankl (2021) e, em meio às leituras e aos debates, foi possível tentar, mesmo que de muito longe, colocar-se no lugar do autor que viveu, por seis anos, os horrores do campo de concentração. Mas, frequentemente, algum integrante do grupo se identificava com determinada vivência do horror do holocausto e associava às nossas experiências nestes últimos meses. Temas como afastamento da família, convivência próxima com a morte, doenças, apatia, tédio, suicídio, espiritualidade, relacionamentos interpessoais, isolamento forçado, privação de liberdade e, principalmente, a busca do sentido como tentativa de se extrair motivos para continuar, amadurecimento e forças para enfrentar o “pós-campo de concentração”. Não estamos vivendo num campo de concentração, mas é doloroso perceber que conseguimos sentir o que o autor está sentindo, pois também estamos vivendo uma realidade limítrofe e de intenso sofrimento.

Assim, o artigo pretende apresentar alguns aspectos da obra supracitada de Viktor Frankl, associando as vivências do autor há mais de oitenta anos às vivências de quem vive, nos anos de 2020 e 2021, em contexto de pandemia mundial. Também

serão incluídas, nesta revisão bibliográfica, as ideias de outros autores e autoras que também se dispuseram a realizar esta reflexão.

Este trabalho consiste numa pesquisa bibliográfica realizada em um livro texto e em artigos científicos recentes. O livro texto de onde foram retiradas as ideias centrais é “Em busca do sentido” (FRANKL, 2021), cuja primeira edição data de 1946 e, nos anos seguintes, devido ao grande sucesso, foi traduzido para vários idiomas, dentre eles, o Português (1984).

O livro é dividido em duas grandes partes: I- Em busca de sentido e II- Conceitos fundamentais em logoterapia. Apenas a parte I do livro foi estudada, a qual é dividida em: “primeira fase: recepção no campo de concentração”, “segunda fase: a vida no campo de concentração” e “terceira fase: após a libertação”.

Para se embasar o raciocínio que surgiu durante as reuniões do grupo de estudos – articular fatos presentes no texto à experiência de pandemia – foi realizada uma pesquisa bibliográfica nas bases de dados Scielo e Google Acadêmico, com o intuito de se pesquisar artigos científicos atuais que também abordaram essa interface. Analisados os resumos desses artigos, foram selecionados 06 artigos publicados durante a pandemia – nos anos de 2020 e 2021 – os quais estão disponíveis na seção “referências”.

Os objetivos deste artigo são articular pressupostos de Viktor Frankl em “A busca do sentido” com o contexto atual de pandemia; associar vivências de Viktor Frankl no campo de concentração às vivências psicossociais das pessoas em tempo de pandemia; contextualizar reflexões de Viktor Frankl na atualidade, como forma de se extrair sentido da experiência de pandemia e, conseqüentemente, promover saúde mental.

## **2 EM BUSCA DE SENTIDO NO HOLOCAUSTO E NA PANDEMIA**

O livro de Viktor Frankl é extremamente rico, tanto no sentido histórico, em que um sobrevivente do holocausto tem a oportunidade de revelar, em primeira pessoa, suas vivências no campo de concentração; quanto no sentido psicológico e técnico. Além de relatar suas experiências, percepções e emoções – e dos relatos das percepções dos colegas de confinamento – o livro também possui uma parte técnica, na qual o autor apresenta os pressupostos da Logoterapia, articulando teoria e prática.

Nem sempre sabemos onde estamos, de que ponto saímos e para onde iremos. O ser humano vive uma eterna angústia ao se questionar sobre tais sentidos, caminhamos por uma linha tênue entre a *doxa* e a verdadeira realidade, nós, enquanto seres dotados de racionalidade, somos peregrinos destinados a vagar pelo desconhecido.

O holocausto foi, sem sombra de dúvidas, a maior e mais vergonhosa tragédia humana do século XX. Foi nesta situação que hoje podemos ver até que ponto chega a maldade humana. O autor demonstra vários passos desde sua chegada ao campo de Auschwitz, o “processo seletivo”, as acomodações e, principalmente, a separação de sua família. À primeira vista neste contexto podemos nos perguntar: Qual o sentido da vida? (FRANKL, 2021). Talvez não saberíamos responder, ou até saibamos a resposta, mas preferimos não verbalizar. Sim, a vida é um eterno processo seletivo, talvez não devêssemos comparar o holocausto com a pandemia da Covid-19, mas há motivos para fazermos algumas comparações.

Ambas as situações dizimaram milhares de vidas, separam famílias, tornaram os piores medos em realidades empíricas, ambas foram “mascaradas”. Uma carrega sequelas até hoje, outra as trará no futuro. A ilusão de indulto é a fuga do real, é o processo de negação, é o desespero, enfim é a última esperança (FRANKL, 2021) e este mecanismo é ainda mais intenso no início do confinamento.

Ao longo da leitura do livro, percebe-se que Frankl (2021) persegue angustiosamente um sentido para sua situação de prisioneiro no holocausto, sem notícias de sua família e, acima de tudo, de sua preservação. Paralelamente, através da leitura de suas dolorosas vivências, é visível que o psiquiatra tenta, sempre que possível, auxiliar seus colegas prisioneiros na busca de seus sentidos e, conseqüentemente, a tentar resistir a todas as atrocidades sofridas. Condenado a viver assombrado pelos fantasmas de seu passado ele entende que “a vida é sofrimento, e sobreviver é encontrar sentido na dor”. A imagem que o autor tenta passar é a de que somos responsáveis por aquilo que fazemos, e que a real liberdade consiste na capacidade de como agimos diante de determinadas circunstâncias.

Prisioneiro, o autor e seus companheiros de campo de concentração se veem obrigados a entregarem seus pertences pessoais, objetos que remetiam a pessoas queridas, têm seus direitos violados, porém, o ser humano é mais que um corpo sofrido e castigado. A fuga para dentro de si e o domínio da liberdade espiritual auxiliaram a suportar melhor o campo de concentração. Só quem foge para dentro de

si vai encontrar bons motivos para perseverar um pouco mais, é por isso que o domínio da liberdade pode ser exercitado, mesmo estando preso (FRANKL, 2021).

Corpos masculinos desnutridos, fatigados e doentes, amontoados num campo de concentração. O sofrimento transcendia o corpo, envolvia incertezas em relação ao futuro – ou a quase certeza da própria morte – insegurança em relação à falta de notícias de familiares, tristeza e humilhação em ser transformado em apenas um “prisioneiro de número tal”. Entretanto, em meio às vivências de tanto sofrimento, mesmo que por poucos momentos de “folga”, os prisioneiros se reuniam e, como numa catarse, tinham momentos de devaneios, lembranças do passado, realizavam improvisadas apresentações culturais, conseguiam extrair humor de situações adversas, recorriam à fé e à espiritualidade (FRANKL, 2021). Eram mecanismos de defesa que buscavam manter, mesmo que muito pouco, a integridade do ego assolado pela própria dor, pela dor do outro e pela impossibilidade de se fazer qualquer coisa concreta para garantir sua sobrevivência e dos demais.

O autor relata alguns temas pertinentes acerca da vivência humana nas situações extremas nas quais o ser humano é colocado. É possível destacar alguns aspectos que nos fazem refletir sobre a relação de empatia que se vivia naquele lugar. Como, por exemplo, a relação que os prisioneiros tinham com seu inconsciente no tocante ao imaginar sua liberdade e outras relações com o cotidiano. É importante lembrar que no mundo do inconsciente ou, como gostamos de chamar, “sonhos”, podemos nos realizar de múltiplas formas e em diversos campos, desde o mais básico até o mais sofisticado que, no caso deles, era a relação com a liberdade e tudo que ela poderia oferecer novamente (FRANKL, 2021).

Outro quesito essencial na relação com o inconsciente durante o confinamento foi a alimentação. A partir da fala do autor sobre a restrição alimentar, a qualidade precária da sopa – servida uma vez por dia em pequena porção e pobre em nutrientes - torna-se possível imaginar formas de saciar, mesmo que de maneira simbólica, o desejo de se alimentar bem, como antes do confinamento. Havia ainda, segundo o relato do autor, uma espécie de “agrado” - em raras situações a alimentação era acrescida de algo mais “saboroso”, como geleia ou salame de má qualidade que, em vista do cotidiano, proporcionava um “algo a mais”. Nessas situações, o pensamento se voltava a uma espécie de alívio de tensão, que auxiliava o corpo a absorver mais forças e, assim, permitir o pensamento se voltar a outras realidades (FRANKL, 2021).

Nas relações estabelecidas entre os homens que viviam amontoados no pavilhão do campo de concentração era possível se extrair uma forma de empatia expressa por atitudes de cuidar do outro, na busca pelo bem-estar daqueles que ali sofriam. O autor relata que um dos melhores momentos do dia era à noite, quando podiam catar seus piolhos. É possível pensar que um ajudava o outro a superar toda forma de sofrimento, mesmo que, na prática, não fosse possível devido às condições daquele lugar, ou da situação de cada um que ali se encontrava (FRANKL, 2021).

No campo de concentração, tanto a esperança, como o otimismo faziam-se necessários no momento, pois andam de mãos dadas. Quando nada mais resta, o silêncio fala, a contemplação colabora, é por isso que o silêncio e a contemplação fazem parte de todo o ser humano. O silêncio pode ser, muitas vezes, a resposta a uma dor que não pode ser expressa por palavras. No silêncio – que, na maioria das vezes, era exigido por parte dos guardas - um olhar é lançado para dentro de si. Mesmo que de modo limitado, a natureza, as belezas que cercavam os campos de concentração se apresentavam para eles – nas poucas oportunidades de se sair, como, nas vezes em que foram transferidos para outros campos, em trens abarrotados, repletos da incerteza de que se tratava, realmente, de uma transferência ou de sua última viagem rumo às câmaras de gás - como dádiva (FRANKL, 2021). No ato de contemplar percebiam que amor é um bem supremo que pode ser alcançado pela existência humana, compreendendo o sentido das coisas últimas, por exemplo, quando poesia se entrelaça com a fé humana, na redenção pelo amor e no amor.

Ao longo de nossas vidas, a única certeza concreta é a morte, que, numa data desconhecida, vai interromper todos os planos de um futuro. Em condições normais, as pessoas não tendem a pensar em sua morte diariamente, mas, vivendo-se em condições de risco – como no campo de concentração ou na pandemia – parece que esse desfecho da vida no plano físico se torna uma realidade cada vez mais possível e mais próxima. O medo e a certeza se tornam ainda mais reais quando se está doente ou quando alguém morre perto de si. Frankl e seus companheiros viviam isso frequentemente, talvez, até por conta disso, passavam a reagir às mortes e aos corpos inertes com uma certa naturalidade, como se o intenso sofrimento do impacto inicial ocasionado por situações desse teor desse lugar à apatia. Frankl (2021) sabia que, para quem saísse vivo daquele lugar, as lembranças do horror não cessariam com a liberdade, provavelmente, seriam “fantasmas” que os acompanhariam ao longo de suas vidas. Parecia ser impossível, mesmo que num futuro distante, não se lembrar



de tais vivências. Talvez a saída não seria tentar abafar as lembranças, mas, ressignificá-las. Voltar atrás é necessário para o autoconhecimento e a realização pessoal; ressignificar é a maior liberdade que alguém pode almejar (FRANKL, 2021).

Em busca de um sentido é uma resposta ao processo de liberdade, não se trata de soltura, mas de liberdade. Frankl (2021) deixa isto muito claro, pois, não se refere à abertura do campo de concentração após anos de confinamento como o momento de sua liberdade e de seus companheiros. Refere-se ao período a um “pós-soltura”. O que essa tão sonhada liberdade significaria para cada um? Para muitos, o sentido de sair dos campos era voltar para sua casa, encontrar a família, comer seus pratos prediletos, mas, diante dos portões abertos, a realidade se firmava como uma incerteza. Não se tinham notícias concretas do que e de quem os esperava com vida. A capacidade de ser livre passa por inúmeras ilusões de indulto, passa por medo, por insegurança e incertezas, mas todo o processo de eterno peregrino credita ao homem a responsabilidade de suas escolhas que, se mal ou bem-feitas, levam à ressignificação.

A partir dessas considerações gerais sobre a obra de Frankl (2021), nos próximos capítulos pretende-se correlacionar algumas vivências descritas pelo autor em sua obra com os sofrimentos vivenciados durante a pandemia do Covid-19. As pessoas se viram prisioneiras em suas próprias casas devido ao protocolo sanitário para conter o avanço da doença. Por mais de um ano assistimos, estarecidos, aos noticiários relatando números assustadoramente altos de óbitos no Brasil e em todo o mundo. Por várias vezes, profissionais de saúde pareciam estar apáticos diante de tantas pessoas morrendo com falta de ar sob seus cuidados, impotentes diante da falta de recursos terapêuticos, ou de vagas em leitos capazes de oferecer suporte mais intensivo. Em vários momentos, oscilamos entre o medo, a quase certeza da morte próxima e a esperança de uma liberdade na forma de vacina. Mas, o que esperávamos diante do “novo normal”? Seria uma real liberdade ou, apenas, um período de pós-soltura de nossas próprias casas?

### **3 VIVÊNCIAS DA PANDEMIA E IMPACTOS NA SAÚDE MENTAL**

Inicialmente, é importante estabelecer que há uma diferença entre o sentir (por exemplo, a tristeza) e sofrer de um transtorno mental (como a depressão). Em situações extremas - como as vivenciadas por Frankl e hoje, por nós, na pandemia – eclodem diferentes e intensos sentimentos de tristeza, raiva, perplexidade,

desesperança e, inclusive, a sensação da ausência de sentimentos – a apatia. O autor relatou vivências emocionais intensas e muito parecidas experienciadas por si mesmo e por seus colegas de confinamento, as quais mudavam em decorrência do tempo que se passava e de novas adversidades enfrentadas. Entretanto, Frankl, psiquiatra, não fala de sinais e sintomas característicos de transtornos mentais já categorizados – como, atualmente, na pandemia, até notícias “não científicas” registram o aumento de transtornos mentais, como depressão, ansiedade, transtorno do pânico, dentre outros.

A pandemia trouxe a necessidade de mudarmos nossos costumes, atitudes, rotinas e reaprender a socializar. O impacto psicológico sofrido pelas pessoas é inquestionável, mesmo que em diferentes graus. Viktor Frankl diferencia três fases psicológicas que se distinguiram durante sua experiência de confinamento: o estado de choque, a apatia e a “depois da libertação” (MEDEIROS et al, 2020). Será que, nos últimos tempos, a humanidade viveu ou ainda está vivendo essas fases?

O isolamento e a reclusão do ser é um impacto difícil de se lidar no começo de uma vivência muito adversa. A medida em que o tempo passa, as intensas reações psicológicas passam a se diferenciar. O estado de choque que Viktor Frankl passou - como a sensação de que tudo iria passar logo e que estaria seguro - foi, de certa forma, o que passamos também no início da pandemia. Não acreditávamos que um vírus que começou em outro continente, muito distante, chegaria até nós. Modificamos nossos hábitos em um curto período, pensando que tudo isso seria passageiro e que logo estaríamos “livres” novamente. (MEDEIROS et al, 2020).

Após passar por fases como o pânico e a indiferença, vem a fase de adaptação, na qual o autor narra seu sentimento apático em relação a tudo que estava vivendo. O sentimento se deteriora, a saudade por sua família faz com que todas essas emoções de desprezo de si próprio tomem conta dele. O sentimento de nojo também é expressado: nojo de ver tanta calamidade ao seu redor, sem alimentação de qualidade, entregue ao descaso humano. Chegando a um nível existencial, sucumbindo-se à apatia, ele não se preocupava mais com a forma que vivia, nem higiene ou alimentação importava, o trabalho forçado era suportado, mas com indiferença (FRANKL, 2021).

Segundo Viktor Frankl, ele encontrou na apatia um modo de segurança para se manter firme e seu estado psicológico protegido. A pandemia no Brasil já matou mais de quinhentas mil pessoas, essa sensação de perda e de impotência atingiu não só o

mundo como, principalmente, quem está à frente no combate - médicos, enfermeiros e profissionais da saúde. Há dados alarmantes de que, com o aumento da pandemia, também aumentou a ocorrência de transtornos mentais, os quais causam danos que podem ser até permanentes. Os sonhos que ajudaram a manter uma certa sanidade mental aos prisioneiros nos campos de concentração têm a mesma finalidade hoje; dormindo ou em devaneios na vigília as pessoas vivem momentos em que acreditam que tudo isso irá passar. (MEDEIROS et al, 2020).

A ausência de sensibilidade é resultado de uma tentativa psicológica de camuflar a tamanha dor e o sentimento existencial dentro de si. Chega-se a um ponto tão crucial que o autor vê pessoas morrendo em sua frente, cadáveres ao seu lado e não sente mais horror da morte, pois não vê mais humanidade naqueles corpos pálidos e esqueléticos (FRANKL, 2021). Paralelamente, nos últimos dois anos as notícias relatam vivências parecidas entre os profissionais da saúde, os quais se desgastaram excessivamente e, em várias situações, desenvolveram a apatia frente à impotência frente ao vírus e às mortes de seus pacientes. Como resultado, síndrome do Burnout e afastamentos do trabalho em decorrência de transtornos mentais.

Entretanto, nem sempre se chega à apatia, especialmente quando se trata da morte de pessoas próximas e queridas. Devido ao Covid-19, várias famílias foram inteiramente dizimadas, em algumas sobraram poucos sobreviventes, extremamente abalados com a rapidez com que a infecção, o agravamento do quadro e a morte ocorreram.

É possível imaginar como foi difícil para tantas famílias lidar com a morte de entes queridos, até então saudáveis. As pessoas não estavam preparadas para esse processo de perda e luto que envolve o espiritual e o psicológico. Famílias que nem sequer tiveram a oportunidade de se despedir dos seus familiares mortos devido ao poder de contaminação do vírus. Não puderam vê-los por uma última vez, nem na UTI e nem no velório, de caixão lacrado. (CREPALDI et al, 2020). Os rituais de passagem auxiliam as pessoas a assimilarem a realidade, na ausência deles o processo de luto pode ser ainda mais doloroso, contribuindo para que um processo natural de luto evolua para um luto complicado e, posteriormente, depressão.

Seja no campo de concentração ou trancados em nossas casas, a dor, a crise existencial, o luto, a apatia podem não ceder devido à falta de um sentido e, com isso, evoluir para transtornos mentais, os quais podem, inclusive, culminar com o autoextermínio.

#### **4 O SUICÍDIO NA PANDEMIA: NEM SÓ DE COVID SE MORRE**

Durante muito tempo, o tema suicídio foi considerado tabu. Pouco (ou nunca) se falava sobre isto e repercutiam teorias embasadas no senso comum, as quais acabavam por atribuir a culpa do autoextermínio a diferentes pessoas ou por menosprezar a seriedade da situação. Atualmente, entende-se que o suicídio, na maioria das vezes, ocorre em decorrência de transtornos mentais em níveis graves – como depressão e transtorno bipolar – e que é possível prevenir o problema ou intervir junto às pessoas que não tiveram sucesso em sua tentativa. O setembro amarelo tem sido o mês e a cor associados à prevenção do suicídio em todo o mundo.

Em setembro de 2021, a Organização Pan-Americana de Saúde (OPAS, 2021) emitiu um importante alerta neste sentido: dados de pesquisas indicam que a pandemia de Covid-19 exerceu forte impacto na saúde mental das pessoas, inclusive, exacerbou os fatores de risco associados a comportamentos suicidas – desemprego, perda econômica, trauma ou abuso e barreiras ao acesso à saúde. O comunicado reforça a necessidade de os governos de todo o mundo investirem na prevenção ao suicídio e no atendimento aos casos não consumados.

O alerta da OPAS (2021) reforça que o suicídio é um importante problema de saúde pública e, diante desta realidade, estudos de pesquisadores brasileiros também investigaram o aumento do número de casos de mortes por suicídio desde o início da pandemia, além de também enumerarem os principais fatores de risco (SCHUCK et al, 2020; STAVIZKI JR., 2020).

Antes de aprofundar no tema propriamente dito, fazemos uma espécie de preâmbulo, tomando como ponto de partida uma profunda e provocativa pergunta feita por Viktor Frankl para algumas pessoas que se encontravam com ele no campo de concentração. Ele indaga: Por que vocês não optam pelo suicídio? Muitos responderam que não comentem o suicídio, pois se agarravam em três pilares: o amor aos filhos; algum talento e, finalmente, recordações. Ou seja, no campo de concentração havia pessoas de diversas classes sociais e culturais e, em meio a esta diversidade, a questão do suicídio era presente em pensamento e ato. Muitos se suicidavam, mas outros não o faziam por estarem amparados por esse tripé que os sustentava lá dentro (FRANKL, 2021).

Se aspectos relacionados ao cenário catastrófico de pandemia que vivenciamos atualmente são identificados como fatores de risco ao suicídio, associa-se ao contexto do holocausto apresentado por Victor Frankl (2021). Segundo o autor supracitado, em meio ao desespero da chegada ao campo de concentração, a reação de muitos prisioneiros foi atentar contra a própria vida. A expressão “ir para o fio” representava a forma como alguns dos companheiros de campo de concentração recorriam para pôr fim à própria vida: em algum momento de lapso dos guardas, subiam os muros que cercavam o campo e se atiravam na cerca elétrica. Ir para o fio era a atitude desesperada de quem sofria intensamente e já esperava a morte na câmara de gás e, assim, optava por se antecipar em direção ao fim, de uma forma, provavelmente, mais rápida e menos sofrida:

Face à situação sem saída, ao perigo de morte a nos espreitar a cada dia, a cada hora e minuto, face à proximidade da morte de outros, da maioria, era natural que quase todos pensassem em suicídio, mesmo que apenas por um momento. Em virtude da minha ideologia básica [...] fiz a mim mesmo uma promessa, uma mão apertando a outra, de não “ir para o fio” [...]. Tomar a decisão negativa de não “ir para o fio” não era difícil. Afinal de contas, a tentativa de suicídio não fazia muito sentido. O mero cálculo de probabilidade, a “expectativa de vida” estatística praticamente excluía o prisioneiro comum do minguido percentual daqueles que ainda sobreviveriam às seleções vindouras, dos mais diversos tipos. Em Auschwitz, o internado em estado de choque não tem medo algum da morte. Nos primeiros dias de sua estada, a câmara de gás nem de longe representa um horror. Para ele, a câmara de gás é algo que o poupa de cometer suicídio (FRANKL, 2021, p.32-33).

Além do holocausto, nos últimos dois anos – 2020 e 2021 - quantas pessoas, imersas em outro cenário de horror, também viram tudo perder o sentido e buscaram uma forma de “ir para o fio”, buscando encontrar saída para uma atmosfera de doença, contaminação, medo, perdas de pessoas próximas, culpa por ter contaminado alguém, isolamento social.

Com o passar do choque inicial da doença – a exemplo do que Frankl (2021) denomina como “a primeira fase: recepção no campo de concentração” – torna-se visível que os grupos mais vulneráveis não são apenas aqueles que, em decorrência de condições associadas ao seu estado de saúde física, têm mais chances de contrair as formas mais graves da doença, mas, inclusive, os que já têm transtornos mentais pré-existentes.

É alarmante o crescimento de registros de suicídios no Brasil nos últimos dois anos. Pesquisa de Stavizki Jr (2020) aponta que o estado do Rio Grande do Sul é o

mais afetado e um fato que torna mais preocupante é que o maior índice vem de zonas rurais. A questão socioeconômica e a desigualdade nessa região são bastante explícitas, o que se torna um agravante se associado a doenças mentais e à dependência química. A negligência a respeito do tema do suicídio também é um fator agravante.

Compreende-se que a doença e todos os desajustes a ela associados – sanitários, sociais, financeiros, familiares e, inclusive, pessoais – comprometeram a saúde mental das pessoas de forma significativa, fato este que se associa diretamente ao aumento dos casos de suicídio:

Angústias, incertezas, medo de contágio, estresse crônico, dificuldades econômicas, isolamento social e insônia são algumas dessas consequências presentes na pandemia de COVID-19. Todas elas podem levar ao desenvolvimento ou a exacerbação de transtornos psiquiátricos e, conseqüentemente, ao suicídio, principalmente na população mais vulnerável, a qual inclui indivíduos com transtornos psiquiátricos pré-existent, pessoas que residem em áreas de alta prevalência de COVID-19, pessoas que têm um familiar ou amigo que morreu de COVID-19, profissionais de saúde e idosos (SHER, 2020 apud SCHUCK et al, 2020, p.13780).

O isolamento social; a maior preocupação com o desemprego; o aumento dos conflitos interpessoais, inclusive, com violência doméstica; o maior consumo de álcool e a redução da atividade física devido ao home office e confinamento contribuíram para o aumento dos casos de depressão, transtorno mental reconhecidamente mais associado aos casos de suicídio (NIEDERKROTHENHALER, 2020 apud SCHUCK et al, 2020,). Além disso, pessoas isoladas em casa, dependentes dos meios de comunicação para ter acesso ao panorama geral, acabaram por sentir mais medo e, conseqüentemente, aumentar o risco de suicídio (GUNELL, 2020 apud SCHUCK et al, 2020). Mais uma vez correlaciona-se a tentativa de fuga a partir do suicídio com o ato de “ir para o fio” no campo de concentração e, assim, “resolver seu problema”.

Diante de uma realidade atual e, ao mesmo tempo, tão adversa, pensa-se em meios de se prevenir o suicídio. Além da necessidade da criação de novas Políticas Públicas em saúde mental que abordem a questão do suicídio, torna-se importante promover diálogos abertos sobre o tema junto às comunidades. Pessoas e profissionais que lidam com grande número de pessoas são público-alvo de destaque para receber treinamento adequado por parte das equipes de saúde mental para que possam atuar como multiplicadores em diferentes regiões. Assim, profissionais da

saúde, da educação e, inclusive, religiosos, podem auxiliar a desmistificar o tema suicídio e a auxiliar as pessoas a encontrarem um sentido em meio à pandemia.

## **5 EM BUSCA DO SENTIDO NA PANDEMIA: ESPIRITUALIDADE, ARTE E HUMOR**

“A arte é veículo que o homem utiliza também para expurgar suas emoções. Tem função catártica.” (CARNEIRO; ABRITTA, 2008, p.192).

Em meio às atrocidades sofridas nos campos de concentração, Frankl observava que alguns prisioneiros tentavam, em certos momentos, resistir à aniquilação psicológica pela via de recursos que, frequentemente, utilizavam “do lado de fora”. Para isso, não precisavam de seus pertences materiais, ou de sair dos alojamentos, ou de comer seus pratos preferidos, ou mesmo de dormir para realizar, mesmo que na fantasia inconsciente, seus sonhos de uma vida tranquila. A espiritualidade mostrou-se como uma forma de se manter a esperança. Já as outras estratégias, muitas das quais não planejadas, dependiam da interação entre mais pessoas – o que não era permitido quando nas vistas dos guardas. Envolvia o diálogo, o humor e a arte em suas variadas manifestações. Frankl relata no livro que ouvia piadas de prisioneiros acerca de seus sofrimentos, assistiu a um teatro improvisado e a uma sessão espírita (FRANKL, 2021).

Ao longo da existência, o homem buscou construir sentido para sua razão de ser e de estar no mundo. [...] filosofia, a arte, a literatura, as tradições e os rituais expressaram, na história da humanidade, o sentido da vida e a participação do homem no mundo. Com estas manifestações, buscou externar suas indagações e necessidades mais básicas a respeito da existência, na tentativa de compreendê-las. Construiu valores e sustentou tradições, geração após geração, para transmiti-los. [...] Todas essas criações e formas de existir representam, em última instância, a necessidade do homem de garantir a sobrevivência (CARNEIRO; ABRITTA, 2008, p.190).

Viktor Frankl (2021) percebeu que grupos específicos resistiam aos sofrimentos do campo de concentração, como, por exemplo, artistas, poetas, pessoas que tinham alguma fé, ou seja, experiência religiosa. Para o existencialismo, a vida é sofrimento e sobreviver é encontrar sentido na dor, por isso que a proposta de Viktor Frankl parte por meio desse pressuposto de que é necessário encontrar um sentido para viver e para sobreviver, adentrando no tema religião. A falta de sentimento do prisioneiro com anos de prisão no campo de concentração mostra que as reflexões caem numa desvalorização de tudo o que não serve ao interesse mais primitivo da

preservação da vida, onde tudo parece luxo aos olhos do prisioneiro. Nesta dura realidade, ter um pão (porque guardou seu pedacinho da refeição anterior como um tesouro) ou cigarros é um luxo, serve para negociar e para comer num momento oportuno. O prisioneiro percebe que não tem nada além da própria existência e essa ainda está ameaçada nesta luta contínua.

A vida chama o ser humano a cada dia e espera uma resposta. A busca do sentido da vida como força motivadora pode ser inicialmente pensada quando acordamos e nos perguntamos: o que me move para a vida? o que me faz acordar, levantar e entrar nesse jogo? O homem biopsicossocial e espiritual, abordado por Viktor Frankl, vai dizer que a espiritualidade é a característica mais específica do homem; é essa espiritualidade que vai auxiliá-lo a sair de si, a transcender (AQUINO; OLIVEIRA, 2020).

Espiritualidade e busca do sentido andam juntos, nessa busca é possível perceber que há uma atividade, a qual pode ou não estar ligada a uma vivência religiosa. O objetivo maior é buscar o sentido, por isso, o ser humano pode perder tudo e ainda assim permanecer de pé. Mas, se perde o sentido da vida, ele está propenso à queda e, dessa queda custar a se levantar ou nem mesmo se levantar. (AQUINO; OLIVEIRA, 2020).

## **6 CONCLUSÃO**

Ressaltadas as diferenças, o holocausto e a pandemia da Covid-19 se destacam como situações de confinamento, de horror, de intenso sofrimento e incerteza diante do futuro. Em ambos os contextos, a busca de sentido se desponta como uma estratégia eficaz não apenas para se manter uma certa sanidade mental, mas, inclusive, para não cair no desespero e “ir para o fio”.

Alguns pontos merecem ser destacados para concluir em relação às semelhanças vivenciadas pelos prisioneiros dos campos de concentração e pelos sobreviventes da pandemia. O primeiro é a valorização da arte. A internet permitiu, desde o início da pandemia, que artistas realizassem *lives* com o intuito de trazer às pessoas, em suas próprias casas, um pouco de diversão e alento em meio ao contexto adverso. A música, em especial, entrou na casa dos brasileiros a partir de shows de



artistas nacionais e internacionais, a exemplo da tragédia do Titanic, quando os músicos continuavam tocando enquanto o barco lentamente afundava.

O segundo é o humor. Assim como em todas as situações adversas, as pessoas, como dizem o ditado, “riem para não chorar”. O brasileiro, em especial, é um povo marcado por sua alegria e irreverência. Em meio ao caos e ao sofrimento, anônimos e famosos fizeram piadas e criaram *memes* de internet a partir de temas como pandemia, crise sanitária, morte, vacina – uma tentativa de ironizar a realidade inóspita por demais. Da mesma forma como os prisioneiros ironizavam a si mesmos, ridicularizavam os guardas, riam da situação em que se encontravam...

O terceiro é o apego aos prazeres associados à sobrevivência. Tanto se valorizou a comida durante a pandemia. As empresas de *delivery* cresceram durante o período de distanciamento social, pois, como as pessoas estavam afastadas de diferentes fontes de prazeres cotidianos, receber uma comida de restaurante ou uma pizza fria em casa tornaram-se as maiores experiências de prazer para quem permaneceu meses isolado, solitário ou em família. Ao contrário dos prisioneiros, que perderam muito peso devido às dietas restritas, os sobreviventes da pandemia, em sua maioria, engordaram devido a esses pequenos prazeres e à falta de mobilidade.

O quarto diz respeito à espiritualidade. As pessoas recorrem ao sagrado quando se vêem próximas do perigo e do desconhecido, assim como ocorria nos campos de concentração e ocorre agora, durante a pandemia. Essa busca pelo transcender-se, por um sentido que ultrapassa a existência auxilia no enfrentamento às adversidades.

Viktor Frankl, além de ajudar muitos no campo de concentração, deixa uma colaboração chamada logoterapia, que é de suma importância para a vida do ser humano, para a sociedade. Percebemos, nos dias de hoje, assim como no campo de concentração e nos presídios, que as pessoas confinadas ali apresentam sintomas como depressão, ansiedade, chegam a tentar o suicídio. A busca pelo sentido pode ser um fator protetor em meio a tantos eventos adversos.

Além da realização da logoterapia (com um profissional devidamente habilitado para conduzir o processo), os fundamentos da teoria de Viktor Frankl podem auxiliar o religioso, o professor de filosofia e de ensino religioso a levar as pessoas – inclusive adolescentes – a refletirem sobre as questões existenciais. Desta forma, pode ser mais simples trabalhar, junto a diferentes grupos, temas como, por exemplo, sofrimento, dor, frustração, injustiça, desesperança, perda do sentido da vida – o que

se mostra bastante promissor, visto as dificuldades de se lidar com adversidades que muitas pessoas têm enfrentado e que acabam por contribuir para o surgimento dos transtornos mentais.

A pandemia da COVID-19 ainda não passou, mas já respiramos ares de liberdade, mesmo de forma gradual e com as constantes incertezas das novas variantes. Nessa pandemia, em meio ao caos, fomos movidos pelo instinto de sobrevivência e pela necessidade de se adaptar. Na medida do possível, soubermos viver e nos redescobrir na questão da fé, na valorização familiar e também abrimos nossos olhos para a nossa realidade, em especial nas questões da saúde e da política.

A obra de Viktor Frankl nos auxilia e ensina a refletir sobre o sentido da vida, principalmente neste tempo que vivemos, que apesar dos sofrimentos e perdas, é importante estamos firmes. Mudanças radicais em nossas vidas são irreversíveis e necessárias, mesmo querendo desistir de tudo, acreditar em sonhos é possível, pois no fim temos certeza de que tudo isso vai passar e vamos ser “libertos” para gozar a vida em plenitude.

## REFERÊNCIAS

- AQUINO, Thiago Antonio Avellar de; OLIVEIRA, Valquiria Gonçalves de. Espiritualidade e sentido da vida no contexto da pandemia de COVID-19. **Caminhos de Diálogo**, Curitiba, ano 8, n. 13, p. 249-261, jul./dez. 2020 Disponível em: <https://periodicos.pucpr.br/caminhosdedialogo/article/view/27628/24681> Acesso em 20 nov 2021.
- CARNEIRO, Cláudia; ABRITTA, Stella. Formas de existir: a busca de sentido para a vida. **Rev. abordagem gestalt.**, Goiânia, v. 14, n. 2, p. 190-194, dez. 2008. Disponível em <[http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1809-68672008000200006&lng=pt&nrm=iso](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1809-68672008000200006&lng=pt&nrm=iso)>. acesso em 07 dez. 2021.
- CREPALDI, Maria Aparecida et al. Terminalidade, morte e luto na pandemia de COVID-19: demandas psicológicas emergentes e implicações práticas. **Estudos de Psicologia** (Campinas) [online]. 2020, v. 37 e200090. Disponível em: <<https://doi.org/10.1590/1982-0275202037e200090>>. Acesso em 10 ago 21.
- FRANKL, Viktor E. **Em Busca de Sentido**. 52° ed. São Leopoldo: Sinodal; Petrópolis: Vozes, 2021
- MEDEIROS, A. Y. B. B. V. de; PEREIRA, E. R.; SILVA, R. M. C. R. A.; DIAS, F. A. Fases psicológicas e sentido da vida em tempos de isolamento social pela pandemia de COVID-19 uma reflexão a luz de Viktor Frankl. **Research, Society and Development**, [S. l.], v. 9, n. 5, p. e122953331, 2020.

OPAS. **Após 18 meses de pandemia de Covid-19, OPAS pede prioridade para a prevenção de suicídio.** 9 set 2021. Disponível em:

<https://www.paho.org/pt/noticias/9-9-2021-apos-18-meses-pandemia-covid-19-opas-pede-prioridade-para-prevencao-ao-suicidio> Acesso em 05 out 21.

SCHUCK, Fernanda W. et al. A influência da pandemia de Covid-19 no risco de suicídio. **Braz. J. Hea. Rev.**, Curitiba, v. 3, n. 5, p. 13778-13789 set/out. 2020.

Disponível em <file:///C:/Users/lucie/AppData/Local/Temp/17583-45351-1-PB.pdf>

Acesso em 11 ago 2021

SCLIAR, Moacyr. História do conceito de saúde. **Physis: Revista de Saúde Coletiva** [online]. 2007, v. 17, n., p. 29-41. Disponível em: <<https://doi.org/10.1590/S0103-73312007000100003>>. Acesso 11 nov 2021

STAVIZKI JUNIOR, Carlos. Os riscos sobre o aumento dos casos de suicídio no contexto de Pandemia: perspectivas para a prevenção no Estado do Rio Grande do Sul – Brasil. **Ágora** (St. Cruz Sul, Online), v.22, n.2, p. 02-21, julho-dezembro, 2020

Disponível em: <https://online.unisc.br/seer/index.php/agora/article/view/15422/9263>

Acesso em 17 ago 2021.