
UMA ANÁLISE SOBRE A EXISTÊNCIA NA ÓTICA DA PSICANÁLISE HUMANISTA

*Lurdes Beatriz Fioreze**

Resumo: Com este trabalho, pretendo realizar uma análise sobre a existência na ótica da psicanálise humanista, para compreender o que são e como se constituem os vazios existenciais, o papel do ser na existência e a importância do sentido da vida. Entender o valor e como o ser se constituiu nesta existência. A importância do amor, do afeto e seu significado na existência do ser e sua relação entre a existência no processo analítico.

Palavras-chave: Vazio existencial – sentido da vida – afeto – existência

1. INTRODUÇÃO

Busca-se entender neste tema o significado dos vazios existenciais ou as dores da existência, que sussurram continuamente em nosso inconsciente e podem surgir de desejos não alcançados, reprimidos, instalados em nosso passado, provocando a falta de sentido na vida, a sensação dos vazios existenciais que dificultam as relações e convivências sociais. Estes fatos da vida nos levam a buscar respostas do porque acontecem estas faltas de sentido ou de significados que provocam sentimentos de desamparo, gerando incertezas e desconfortos. Qual o significado da existência que levam o ser a questionar a qualidade e os desejos ocultos no existir.

Compreender como se constitui a humanidade e a personalidade deste ser na existência e os seus significados, a formação dos vínculos que moldaram a essência do ser, assim como o legado cultural e afetivo que interferem nas suas emoções e que estruturam a personalidade.

* Formada em Estudos Sociais pela Unijuí, Ex Diretora e Vice-Diretora da EEE Básica Bom Conselho de Silveira Martins, Professora Estadual, Ex Secretária de Educação do Município de Silveira Martins/RS, Psicanalista em formação pelo Instituto de Psicanálise Humanista de Santa Maria.

O valor das individualidades neste processo, a forma de construir nossas experiências de sucesso ou de fracasso e a importância de conhecer como se constituiu nossa estrutura psíquica. A influência dos vínculos para o desenvolvimento emocional, a importância do afeto no processo de formação psíquica, a formação dos vazios existenciais causados pela falta destes vínculos.

As dificuldades afetivas que influenciam na qualidade de vida do ser, resultam na incapacidade de tomar decisões, de organização tanto afetiva quanto financeira. A sensação de vazio existencial toma conta do ser provocando um isolamento afetivo que interfere na auto-estima, na sua energia psíquica e no potencial criativo e especialmente na sua capacidade de amar.

Sendo o homem responsável por sua existência cabe a ele então responder adequadamente pelo seu ser, uma vez que esta é uma tarefa que só pode ser assumida por ele mesmo e não pode ser repetida. Portanto os desafios apresentados pela existência levam o homem a se colocar como senhor de seu destino, produzindo o sentido de sua existência.

A terapia psicanalítica é importante para desenvolver o processo de humanização dos valores deste ser, especialmente porque é suporte para a compreensão de sua vida psíquica. A terapia analítica se constitui num espaço de entendimento onde o ser humano se conhece através de suas dores, seus dilemas, buscando compreender sua capacidade de tolerar incertezas, dúvidas e fracassos. Este reencontro com sua criança o leva a um processo de auto-conhecimento e amadurecimento emocional, porque desenvolve a auto estima e valoriza seu potencial criativo, além de entender e superar as limitações que interferem neste potencial e nas relações afetivas.

2. O VAZIO EXISTENCIAL

Os vazios existenciais, a dor existencial ou a falta de sentido na vida formam um dos principais objetivos da análise. Esta angústia básica emerge dos

esforços conscientes ou inconscientes do indivíduo para lidar com os fatos duros da vida, ou seja, as vivências da existência.

Mas afinal, o que difere o sentido da vida e o da existência? Poderíamos afirmar que a existência é composta pela rotina de todos os dias, o que a tornaria pobre e sem sentido. Até porque este condicionamento não seria uma realidade para a grande maioria das pessoas, pois cada ser compõe um grande todo. Mas cada um é pressionado a não ser esse sujeito singular e inovador. Se existimos para nos relacionar, para aprender mais sobre nós mesmos através da relação com os outros, por certo teremos uma existência com mais consciência. É curioso constatarmos que as dificuldades apresentadas pela existência nos levam a enfrentar situações de fantasia e desencanto nos relacionamentos. No entanto, a grande questão permanece: afinal, qual é o sentido da existência?

Viver é um mistério. A cada nova experiência não sabemos se estamos no caminho certo. Assim como não sabemos qual será o desfecho. Para algumas pessoas, a vida é feita de imprevistos, de experiências que começam inesperadamente e que acabam sem aviso. Nem todos estão preparados para tanta agitação, desgaste e uma luta constante. Na realidade, somos todos diferentes. Mas o intrigante é que tentamos levar vidas de forma muito semelhantes.

A diferença entre a vida e a existência se pode entender, que a existência é composta pelas vinte e quatro horas dos dias que se sucedem com as rotinas próprias inerentes a trabalhar, descansar e divertir-se. A vida inclui isto, mas vai muito além. Supondo que as pessoas apenas existem e não vivem, tudo se torna cansativo. *“O homem procura sempre um significado em sua vida (...) está sempre se movendo em busca de um sentido de seu viver”* (FRANKL, 2005, p. 23).

O sentido da vida existe, sendo universal no seu valor, individual no seu conteúdo. Portanto é necessário investigar, buscar uma resposta à seguinte pergunta: O que é que eu devo fazer e que não pode ser feito por ninguém, absolutamente ninguém exceto eu mesmo?

A busca do indivíduo por um sentido é a motivação primária em sua vida (...). Esse sentido é exclusivo e específico uma vez que precisa e pode ser cumprido somente por aquela determinada pessoa (...) então esse sentido assume uma importância que satisfará sua própria vontade de sentido (FRANKL, 2008, p. 124).

A existência é que dá sustentação ao ser, temos que fazer a leitura desta existência para nos dar conta de nossos relacionamentos em todos os níveis e as condições que nos “constituíram” nos seres que somos hoje.

O termo “existência” pode ser usado de três maneiras: referindo-se (1) à existência em si mesma, isto é ao modo especificamente humano de ser; (2) ao sentido da existência; (3) à busca por um sentido concreto na existência pessoal, ou seja, à vontade de sentido (FRANKL, 2008, p. 126).

A privação de sentido da vida ou o vazio existencial despe as máscaras que revestem o que chamamos de ser.

Durante meus estudos me confrontei com a análise existencial de várias pessoas e percebi que a rotina, as responsabilidades, os horários, os compromissos agendados estavam todos a serviço de outras pessoas e com isto se esqueciam do seu tempo e do seu espaço. Perdiam a paciência com quem não deveriam investindo afeto e atenção com quem não merecia ou não precisava. Quando estas pessoas fazem análise, se dão conta da sua maneira de existir e esta tomada de consciência possibilita a este ser uma coragem para tomar decisões e neste processo existencial acaba tomando consciência de seu estado de inconsciência.

A neurose de caráter aqui especificada como orgulho e o medo inconsciente de expressar as emoções caracteriza-se pela vergonha. Além disso, envolvida pela neurose acaba esquecendo-se de si mesma. Neste processo de análise existencial, segredos são decodificados e outros permanecem esquecidos ou incompreendidos.

Descobriu que o entendimento daquilo que chamava de vida, não havia sentido porque sempre viveu em função do “alheio”, como uma justificativa para não se assumir na existência. A estagnação emocional, financeira e intelectual propicia o surgimento da crise existencial e este processo continuado de perdas, em todos os sentidos, estrutura a falta de significado na vida.

A privação do sentido da vida ou vazio existencial é uma forma de sofrimento psíquico mais disseminado no mundo hoje e esta neurose emocional é marcada por um sentimento absurdo de vacuidade. Existe uma necessidade de fazer uma compreensão sobre o fato de existir.

“A existência precede a essência (...). O homem existe primeiro, se encontra, surge no mundo, e se define depois (...). O homem é tal qual ele se quer, o homem não é senão o que ele faz (...)” (HUISMAN, 2001, p. 128).

A existência nos convida a pertencer ao mundo da evolução. Entender este processo é também entender o processo consciente ou inconsciente da influência da existência sobre o ser humano tanto na sua qualidade de vida quanto no sentido da vida.

Não existe algo que seja mais importante do que a nossa existência. É a existência que dá sustentação ao ser. As condições da sua existência é que irão possibilitar este universo de vivências afetivas e emocionais inserindo valores na humanidade deste ser. Estas duas realidades: a do nascimento do ser e do sentido de pertencer a um outro ser resgatam a dependência inicial como um aprendizado necessário para poder transforma-se naquilo que é mais importante: tornar-se “ser” humano (PEREIRA, 2007, p. 12).

A questão é como se constrói a humanidade deste ser na existência. Como são formados os seus significados. O ser nasce de dentro para fora e seu processo de desenvolvimento acompanha toda a existência. A sociedade, a cultura, a economia entrelaça e condiciona este ser no meio ao qual está inserido, ou seja, a existência precede a essência do ser. Então nos damos conta que o mundo ao qual pertencemos já está moldado com seus condicionamentos culturais, sociais, históricos, políticos, econômicos e também individuais. Percebemos que a existência também não é única, pois existem outros seres com sua existência e essência que interage com a nossa. Parece-nos, que estamos sendo conduzidos por uma existência que não nos pertence, uma vez que sua essência não pode ser o que ele faz. Precisamos encontrar nas existências a nossa essência.

Em seu livro o Dr. Salézio Plácido Pereira cita Erich Fromm: *“O homem era – e ainda é - facilmente seduzido para aceitar determinada forma de ser humano como sendo a sua essência”*. Damos-nos conta que a essência do nosso ser foi moldada pela família, religião, escola, pelo meio em que viveu. Ao buscar as raízes de nossa humanidade, despertamos de nossa consciência adormecida. Nossas carências nos aproximam destas inconsciências e nos damos conta dos elementos essenciais da humanização de nosso ser. A força que nos motiva para a vida, que molda nossa personalidade, que forma o conteúdo de nosso psiquismo tem ligação direta com o amor, com o afeto, compreensão, amizade, proteção, solidariedade, a conquista, a satisfação, os desejos e as realizações, imprescindíveis para nossa humanidade. Mas este processo também está repleto de emoções de competição, de raiva, de ódio, de ciúme, de inveja, de abandono, de frustrações.

As vivências e a essência do ser são constituídos de todo um legado de cultura, pensamentos, linguagens, conteúdos, significados, afetos que formam os

conteúdos que controlam as imagens que formam nosso pensamento, nossas crenças e as nossas emoções, o que torna necessário uma reflexão sobre estas verdades.

O ser se dá conta de suas individualidades, de seu valor, das relações que estabeleceu na existência, de sua evolução, da constituição de sua psique, do seu humanismo e também dos atos que constituíram este ser, que ocupa este espaço na vida, este caminho de aprendizagens e conquistas e também de limitações. Aprende sobre o valor da vida e consegue dimensionar a importância do afeto, do bem querer, da solidariedade, da ternura, do apoio, das palavras de estímulo, do expressar afetividade e acima de tudo da importância de acreditar em si e naqueles a quem se quer bem. Ter gestos de humanidade na existência é dar-se conta que a emoção controla a existência e sua essência é o afeto. Percebe a importância de se sentir amado. Ao questionar o significado deste ser na existência entende sua impotência diante dos atos que interferem de forma decisiva na formação de seu ser, do boicote responsável pela estagnação da energia psíquica destrutiva, responsável pela falta de sentido na existência, mas este mesmo sofrimento eleva as condições de maturidade e humanidade deste ser.

A constituição da estética do ser na existência engloba todos os tipos de vivências, de realizações e de novas experiências. Os sucessos ou fracassos resultam da ação de cada imagem percebida, apreendida, sentida, vivida e que dão significado a emoção e ao conceito que temos de nós mesmos.

Através do estudo dos vínculos podemos compreender este desenvolvimento emocional. Este processo de conscientização analisa o ser desde a fase de sua dependência absoluta até alcançar a autonomia relativa, quando o ser consegue chegar a um estado de consciência percorrendo a jornada da dependência à independência emocional.

É durante a fase da criança bebê, fase esta de dependência absoluta, onde este ser humano vem ao mundo desamparado na existência, que esta criança depois de uma longa convivência acaba estabelecendo o que chamamos de segurança emocional, entre este ser e as pessoas do ambiente ao qual pertence. A esta condição chamamos de vínculo. E neste processo de integração, de identificação entre estes seres, onde a mãe empresta ao bebê seus braços, suas pernas, seu ego, integrando-o à existência ou à vida, auxiliando-o em seu desenvolvimento, compreendendo-o por meio de uma surpreendente capacidade de

identificação, integração e constituindo com ele uma unidade. Este ser está protegido por este amor e esta vivência na existência possibilitando o desabrochar de todo o seu potencial. O valor da vida, da existência e de sua essência emocional, está pautado pela paz, lealdade, honestidade, sinceridade o que lhe dá energia e confiança para vivências afetivas de ternura, do cuidado, descobre em suas relações e suas experiências o significado do amor, do afeto.

Mas se nessa fase de dependência a mãe não é capaz de interagir com seu bebê, não estabelecendo esta sintonia, se o vínculo não acontece este ser fica num estado de não-integração, tornando-se apenas um corpo com partes soltas. E de acordo com as idéias acerca da teoria do desenvolvimento propostas por Winnicott, é nesse momento que ocorre a falha nos conteúdos psíquicos. O ser fica perdido num mundo de não-existência, sem proteção, sem passado, sem voz, seres que ainda não nasceram psicologicamente.

Neste caso, a formação destes vazios é resultado de primitivas faltas e falhas da figura materna em suas funções essenciais de maternagem. A função de “espelho”, onde o rosto ou a figura da mãe reflita amor, aceitação. O rosto materno pode também não demonstrar nem uma emoção ou ter uma expressão facial de desagrado, de rancor ou ainda ser indiferente, o que pode deixar a criança desamparada e ao interpretar esta imagem pode sentir-se responsável pelo sofrimento da mãe.

Aqui entram as imagens que interferem na formação da psique humana. Esta existência pode estar pautada por imagens de amor e de afeto, mas suas realizações podem estimular imagens e crenças que potencializam este vazio existencial, ao que podemos chamar de “**obstrução do potencial humano**”. Este mundo constituído da “realidade” dos conteúdos, das imagens que se tornam crenças, verdades que interferem nos seus atos, desenvolve sentimentos de inferioridade, pois ao não se sentir amado passa a não valorizar o afeto, acaba por colocar barreiras a esta expressão e por vias indiretas acumula fracassos pois não desenvolveu o seu potencial criativo e afetivo. As adversidades enfrentadas não dependem somente de sua condição social e quando a auto-depreciação de si mesmo ocorre o único sentimento que o acompanha é querer livrar-se desta existência. O ser é tomado por uma apatia, uma falta de sensibilização da alma, interferindo na sua qualidade de vida, tornando-o apático, irritado, impaciente. Além de fortalecer o sentimento de inferioridade.

Sendo o ser constituído de dentro para fora, teria agora que buscar razões de fora para dentro para reforçar sua condição emocional. Aqui a análise e a presença do analista se tornam imprescindíveis, pois ao se dar conta de seu estado emocional, de sua realidade psíquica, precisa encontrar os caminhos, entender os motivos que o constituíram um ser com estas características emocionais, cuja relação de confiança e segurança possa ser reconstruída, onde o paciente possa regredir e recriar com o analista antigas situações de fracasso relacionadas á época de dependência absoluta, sendo necessária uma conexão empática, uma via de comunicação onde o seu desamparo possa ser expresso e interpretado.

Este processo de auto-superação, de tomada de consciência, de aprendizagens e desafios, de valorização da vida, torna a pessoa interiormente mais forte que seu destino exterior, permitindo que o sonho prevaleça. Consegue assumir-se como responsável pela aplicabilidade de seu potencial de vida. Sua energia deve ser alcançada através de conquistas e realizações. Ao superar os obstáculos diários e elaborar as imagens responsáveis por suas emoções, consegue encontrar novas razões ou motivações para alterar estas crenças que o levaram a este estado emocional que interfere na sua vida em todos os sentidos.

Por traz de cada ser humano existe uma situação de vida, de existência que não pode ser comparada a dos demais. Por sua natureza, é um ser que se lança no caminho em busca de realizações dos seus desejos. A realidade pode ser favorável ou desfavorável, com barreiras a ser vencidas, pois durante o seu processo de crescimento sofre o confronto com os condicionamentos culturais e sociais do espaço e do tempo que constituem para ele, uma camisa de força que molda seu consciente e inconsciente, controlando seus pensamentos e comportamentos, de acordo com os padrões existentes. Despertar a consciência, encontrar a esperança é um dos elementos essenciais da humanização deste ser. Esta força de viver é necessária para construir uma nova existência. Enfrentar a realidade presente é o ponto de partida para a sua realização, pois na vida do indivíduo jamais termina o processo de criação e integração de novas aprendizagens e superação de desafios, especialmente num mundo externo que exige do ser flexibilidade para poder sobreviver e desenvolver suas potencialidades.

O amadurecimento do ser humano consiste na descoberta de seu potencial criativo e afetivo e na vivência de sua verdadeira essência. Ocorre quando o ser compreende sua essência, a sua alma, o seu coração, o seu intimo que

ultrapassam os limites culturais, as regras que ditam normas, a obediência social e afetiva que nos condicionam, quando este ser acolhe suas imperfeições e limitações humanas. A existência nos coloca desde o nascimento a necessidade do “outro”, em relação com os demais seres, dando-nos a consciência de que não podemos viver isolados e que nossa sobrevivência é uma necessidade produzida pelos desejos de nós mesmos e dos outros, que dependemos do relacionamento com o nosso “eu”, com a sociedade da qual fazemos parte, que dependemos dessas relações, sendo que na maioria das vezes elas ocorrem em uma sociedade conflitiva e alienante. Também nas situações de conflito nos colocamos diante dos limites de nossa humanidade, para poder superar e assim chegar ao amadurecimento individual e social.

Partindo do conceito que *“o homem é tal qual ele se quer, o homem não é senão o que ele faz”* (HUISMAN, 2001, p. 128), então concluímos que cada ser é responsável por sua existência, pelo seu processo de criação e portanto tem a responsabilidade de responder adequadamente por esta existência, uma vez que só pode ser cumprida apenas por si mesmo, ou seja, sua própria pessoa, não pode delegar a um “outro” o que só ele pode fazer por si mesmo. Ao buscar suas respostas, ao definir seus objetivos, também precisa resgatar neste processo de crescimento a auto-estima, o afeto, o amor.

Na ótica psicanalítica, o ser humano não nasce pronto, mas irá se constituir a partir de si e das relações sociais e familiares. A criança ao nascer é desejada, protegida pelo amor materno e paterno, que investem seu afeto na criança e servem de ligação entre o seu psiquismo e o meio psíquico que a rodeia, proporcionando uma auto-estima positiva. A parte interna da pessoa diz respeito à história de sua constituição emocional. Se a pessoa não se conhece, não percebe a necessidade de amizade, amor, atenção, afeto. E, quando estas necessidades não são atendidas, pode se tornar um dependente emocional, depositando toda a sua insegurança no outro. Esta dependência pode implicar em agressividade, passividade, desconfiança, falta de solidariedade, desafeto, descrença, culpa ou melindre, contribuindo para que a pessoa se torne mais distante do outro, gerando angústia, conflito, depressão e, conseqüentemente, mau humor. É o tipo de pessoa que nunca está satisfeita consigo mesma e acaba se isolando e esquecendo do seu mundo emocional. *“A única maneira de paralisar qualquer tipo de comportamento destrutivo é com amor”* (PEREIRA, 2007, p. 83).

Para viver, não basta estar vivo, é preciso amar. Para se ter consciência da essência do ser humano é necessário compreender a importância que o amor tem no desenvolvimento de sua personalidade e do seu potencial humano. O primeiro ato de amor do ser está em a pessoa se conhecer e buscar na sua essência as atitudes potencializadoras do valor do amor, entender os seus vínculos, sua motivação pela vida, encontrar sua energia e acima de tudo amar si a si mesmo. Para isto é preciso se perceber, se aceitar e se respeitar. A única forma de entender o outro ser humano é através da análise do seu íntimo, na sua essência, através do amor. Só assim consegue ter consciência da essência íntima do seu ser e do outro. O amor nos faz ver traços característicos e as feições do ser amado, nos faz perceber sua alma, seu estado de potencia, é possível enxergar aquilo que ele ainda não vê. Inclusive o que pode, mas decide não realizar. A pessoa que ama capacita a outra a realizar os seus sonhos, conscientizando-a de que pode ser e que deveria realizar o que sonha. Tem uma imagem positiva de si e do outro porque acredita nestas potencialidades e que servem de combustível, de energia para a sua existência. Ninguém pode ter consciência e conhecimento sobre o seu ser a não ser aquele que ama.

Em nossa existência estabelecemos muitas relações, discutimos, trocamos informações, pesquisamos, comentamos, temos respostas, opiniões, conceitos, conhecimentos sobre quase todos os assuntos que desejarmos, pois temos a nossa disposição todas as formas de comunicação que estão ao nosso alcance facilitando nosso contato com estes conhecimentos, moldando nossos conceitos, interferindo na nossa forma de pensar, acrescentando conteúdos e com isto estamos sempre reformulando ou resignificando toda a nossa percepção a respeito do espaço onde estamos inseridos. Diante desta afirmação cabe aqui uma pergunta: porque as coisas mais importantes continuam por se dizer?

Segundo Erich Fromm, “Somente somos capazes de conhecer aos demais, de entendê-los e amá-los quando também formos capazes de entendermos, amarmos e conhecermos a nós mesmos”.¹

O amor é único. Sustenta-se “por si mesmo”, não precisa de licença para acontecer. O ser humano se torna humano quando entende o sentido do amor. É através dele e por ele que nossas potencialidades criativas despertam. A primeira

¹ FROMM, Erich – Livro **agenda temático** – editado por ITPOH. 1 ed. Santa Maria: Ed. ITPOH, 2008.

condição para o amor é se conhecer. Não é possível saber sua importância sem um gesto de amor para consigo. Esta aprendizagem, esta redescoberta de nós mesmos, nos leva a um processo de auto-conhecimento e aceitação de nossos limites e valores. Ter a maturidade de reconhecer nossas potencialidades, nossa criatividade também é condição para o amor.

Os conceitos e valores da sociedade com os quais convivemos hoje, nos deparam com a abundância e a disponibilidade de experiências e nos levam a questionar o valor do amor e do afeto no mundo. O consumismo, o individualismo, a alienação de valores e dos valores parecem estar conspirando contra esta autocompreensão e o mundo não se torna mais humano só porque é feito de seres humanos, nem se torna assim porque a voz humana nele ressoa. Não humanizamos nosso ser na existência apenas falando sobre isso, é no curso desse ato que aprendemos a ser humanos.

O ser humano é extremamente afetivo. O ato de amar significa abrir-se ao destino, é a mais sublime de todas as condições humanas, pois através desta relação somos capazes de desenvolver nosso potencial criativo, conquistar espaços, movimentar-nos sobre o caminho da liberdade de ser.

Aprender sobre o amor e o significado de amar só é possível, quando o vivenciamos, não se pode ensinar o que não aprendemos por isso o seu mistério e por isso desperta também o medo, pois o seu futuro é uma incógnita que pode ser realizado ou interrompido.

O amor é vontade de cuidar o outro, de preservar, inserindo o outro ser no mundo, transformando-o num ser definido, dotado de significação que se pode ouvir e com quem é possível conversar.

Aprender sobre o amor e o significado de amar só é possível quando o vivenciamos, não se pode ensinar o que não aprendemos, por isso o seu mistério. Ao mesmo tempo, desperta também o medo, pois existe a tentação de escapar do relacionamento, da atração e do amor. Estar num relacionamento significa viver na incerteza, pois não se sabe se o que realizamos foi o certo num determinado momento e equivocado em outra circunstância ou se ainda será aceito pelo outro, embora esta relação de amor e de afeto devesse ser a realização do amor. Quando a insegurança surge, perde-se a confiança, a ponderação e a estabilidade. Quando acontece o fracasso no relacionamento é provável que tenha havido um fracasso na comunicação.

Segundo Erich Fromm, a capacidade de amar só se adquire durante a vivência, desenvolvendo sua capacidade de amar o próximo, além de desenvolver sua personalidade. Precisamos primeiro nos amar para depois sermos amados. Amar é uma arte que deve ser aprendida, assim como temos de aprender sobre a nossa essência para valorizar a vida, então teremos condições de aprender sobre o amor, como uma necessidade de nossa existência.

O sentido da existência é diferente para cada pessoa e não é único. Durante a existência podem ser definidas várias metas que darão sentido à existência em situações diversas. Na verdade estamos sempre sendo indagados, desafiados buscando sentido na vida. Ao assumir a responsabilidade dos atos na existência é fundamental ter consciência se estas escolhas promovem o ser ou a sua anulação e destruição. Cada vivência é única e inseparável do seu tempo, não podemos repeti-la da mesma forma num tempo diferente, portanto nossos atos deveriam ser tão intensos como nos fosse o único momento que está sendo proporcionado e a cada atitude de escolha deveria ser percebida como uma nova chance de vivê-los de modo único e completo.

A primeira condição é nos reconhecer, saber da importância do afeto, do amor em nossa existência. Buscar a superação das dificuldades, saber lidar com as expectativas, conquistar seus espaços, investir nas suas potencialidades. Como não podemos substituir nossa existência, então nossos atos devem ser voltados para a realização, crescimento, pela defesa da vida. Os valores que pautam esta existência devem estar voltados para a ética. Na forma como se apresenta o mundo neste processo de evolução, onde se valoriza o ter e não o ser, cada um tenta expandir, modificar, ocupar espaços para sobreviver de forma individual. Onde o homem não tem identidade, valorizam-se acima de tudo os bens materiais. Onde os valores são questionados e deixados de lado.

A sociedade condiciona outras necessidades de segunda natureza, esta situação de anulação do “eu” recria no ser uma superficialidade, esta condição de um estado de completa inconsciência sobre os seus desígnios, de seu compromisso com a existência eleva a sua condição humana de um ser sem sentido.

“Fazer é criar, inventar é encontrar. Dar forma é descobrir. Ao realizar eu descobro.(...)”²

² BUBER, Martin. **O eu e o tu**. Ed. Centauro. 8ª ed. São Paulo. 2001

A vida precisa do olhar do outro para confirmar a realização de um desejo. Não temos como caminhar sozinhos. Precisamos do outro para aprender a criar novas possibilidades de realização, para sentir-nos valorizados. O reconhecimento, a admiração é o combustível necessário para despertar nossa criatividade. Precisamos saber que temos significado para outras pessoas e que nossas ações são reconhecidas e valorizadas. O reconhecimento de nossas realizações, a admiração que despertamos, nos faz acreditar em nosso potencial criador, assim como conseguimos devolver essa mesma admiração e reconhecimento e amar ainda mais a nossa existência.

Esta é uma rua de duas vias, pois assim como somos reconhecidos, também reconhecemos e despertamos o potencial criador de quem amamos. Todo ser humano tem um potencial criativo que pode ser desenvolvido na existência, esta relação que estabelecemos com nosso potencial tem um significado importante, pois pode ser a alavanca que nos impulsiona para o sucesso e aqui não estou falando de riqueza pessoal, mas de satisfação, do prazer de ter liberdade para usufruir sua própria vida, ter sua autonomia. Dar-se conta desta liberdade é perceber que não existe limite para o potencial humano, que todas as potencialidades estão presentes em nossa existência, mesmo com os condicionamentos psíquicos, culturais e sociais que nos moldam não são percebidos pelo seu estado de inconsciência. A energia e a criatividade não são privilégios dos outros. O que precisamos é resgatar esta humanidade para que possamos utilizar este potencial de forma criativa e a favor da vida, descobrindo novos caminhos para a realização de nossos sonhos. A potência é energia, é criatividade e está em todos os caminhos onde existe vida, pois significa evolução, expansão e sua apropriação devendo ser utilizada a favor da maturidade do ser.

A existência coloca desafios, problemas que levam o homem a fazer escolhas, ao fazer estas escolhas de forma consciente ou inconsciente, o homem torna-se senhor do seu próprio destino, na questão da produção do sentido de vida. Para entender como ocorre este processo é necessário entrar na própria emoção. Não é uma tarefa fácil, pois quem está em busca destas respostas, está num processo de retomada de sua própria existência e ao perceber a essência do seu ser, entra em contato com sua emoção. A maneira rígida de encarar a sua existência, é definida como um copo com água, que numa primeira análise é um objeto que se encontra para uma finalidade, saciar sua sede. A função do copo é representar sua

neurose e proteger sua emoção (água), para não permitir que ela saia do espaço do seu corpo. A constituição da psique molda comportamentos, atitudes e definem o ser. Então entendemos as origens de nossas escolhas e porque decidimos seguir por determinados caminhos. Esta busca de realização tem a ver com a história de vida. Nem todas as situações da existência são angustiantes ou negativas para o homem, mas todas as situações de sua existência o levam a ser responsável por seus atos. A capacidade de refletir, de se posicionar de forma positiva, desenvolve uma característica muito importante para dar qualidade e significado para sua existência, que é a sua capacidade de amar e que reflete no seu humanismo que se encontra num estado latente, ou seja, inconsciente.

Definir metas, ter bem claro onde e como quer chegar para alcançar seus objetivos, acreditar que tem capacidade, talentos, faz parte deste desejo de superação de suas limitações. Neste processo de evolução, consegue compreender que a existência propicia a substância inteligente à sua essência. A sua concepção de vida vai influenciar no resultado desta “obra” histórica. Estas escolhas e tomadas de decisões tendem a estruturar a sua história de vida. Ter consciência de nossas atitudes não proporciona os meios adequados para compreender os significados e as razões das escolhas inconscientes que motivaram a ter determinados comportamentos, é preciso elaborar, confrontar, esclarecer e interpretar estes fatos existenciais para torná-lo de fato consciente.

Ao tomar consciência da existência, ao refletir sobre ela, ao conhecer as necessidades conscientes e inconscientes do ser orgânico, ao fazer a escuta do nosso eu, constata-se que não somos um projeto pré-moldado, o homem não é um projeto pronto, muito pelo contrário, pois nascemos e existimos para a partir daí produzirmos o sentido da vida na existência no mundo ao qual estamos inseridos.

Nosso desenvolvimento emocional é um processo de nascimento constante, de criatividade, tomada de consciência, de busca de novas energias, de outros significados, de interação, despertando constantemente e decidindo todos os dias a favor da manutenção da vida. Aqui entra o humanismo que caracteriza todas as nossas ações: de ter fé, de acreditar na sua capacidade, na sua criatividade, nos seus talentos, na tolerância, no amor que tem por si e para com os outros, na sua capacidade de solidariedade e de inteligência, pois o homem não está sozinho no mundo e esta condição nos remete a refletir sobre nossa condição nesta sociedade.

Estas ações ou atitudes podem nos ajudar ou prejudicar na maneira de nos relacionarmos com inteligência e de forma solidária.

O homem ao nascer, não traz consigo os conceitos de humanidade. O ser humano precisa aprender os valores da existência e suas influências estão dentro e fora dele. Não existe ideal de homem que está acima do que é bom ou do que é mau. O homem é fruto da existência, de suas vivências, de suas carências, possui necessidades biológicas como a fome, sede, sono, desejos, sentimentos de raiva, rejeição, indiferença, solidariedade, amor. Sua escolha da escala de valores pode ser muito importante para o ser humano. Estes mesmos valores éticos têm relação com a época e a sociedade em que está inserido, portanto esta sociedade pode contribuir para desenvolver o seu processo de potencial criativo, como também pode influenciar para que este ser desenvolva nos seus processos inconscientes uma hostilidade ou um juízo de menos valia em relação a si próprio e também em relação aos outros que convivem com a sua pessoa.

Estas emoções são forças inconscientes que têm o poder de modificar comportamentos. Os animais irracionais são dotados de comportamentos instintivos, pré-determinados. Neste contexto, o homem difere destes animais, pois seu comportamento não é guiado por este instinto. Sua natureza é influenciada pela aprendizagem que não deixa de ser uma adaptação ao seu meio social e cultural. O homem aprende a viver, faz escolhas e é resultado destas escolhas. Pois ao se escolher, escolhe os outros. É fundamental para o processo de evolução do ser humano a consciência do seu eu, de seus limites, do seu processo de gestação psíquica. Saber e determinar os seus objetivos, superar as dificuldades, requer um grau de consciência e de inteligência que irá torná-lo diferente dos demais que fazem parte de seu grupo de convivência. É importante que estas pessoas, além de conhecer seu projeto, também acreditem, incentivem e que também queiram fazer parte dele, que também queiram recuperar a sua capacidade criativa. A cura tem uma simbiose com este processo de superação e de desafio.

Projetamos na existência não só o que a educação fez conosco, mas também o processo da constituição psíquica, sendo necessário então rever este modelo de estrutura inconsciente que interfere no comportamento. Saber que estamos iniciando uma caminhada é ter consciência de que a existência pode tornar-se mais leve com a ajuda do outro. As portas se abrem para quem busca, para quem produz.

As críticas, as perdas também são bem vindas, pois não somos donos da verdade e elas servem de aprendizado, de apoio e nos levam a refletir e também podem contribuir para reformular os nossos conceitos. Existem críticas que constroem mais que também destroem, precisamos também estar abertos a estas para poder crescer. A superação pessoal tem a ver com essa condição de modificar comportamentos, de vencer os conceitos de menos valia. Ser alguém na comunidade, ser alguém para si, nos faz refletir e aprender a superar os valores que foram por nós apreendidos. Ao vivenciarmos esta cultura com suas referências negativas, sem modelos, num ambiente que reforça a repetição já existente, inconscientemente esta repetição compulsiva bloqueia a criatividade, podendo levar o ser humano a um estado de estagnação psíquica, social, emocional e econômica.

O homem ao se compreender, compreende melhor o seu semelhante, suas emoções, sua história. Consegue ressignificar os seus caminhos, estabelecendo uma relação mútua de respeito à própria consciência. Este processo de redefinição do ser devolve a dignidade que este homem constituiu em seu caminho de ser. Não cabe aqui analisar a forma como se constituiu o ser, mas o esforço, a dignidade e a vontade de superação que o forjou em seu caminho.

Mudar este quadro de vida ou esta forma de vivenciar o que aprendeu até então, passar a dar sentido à vida, exige um trabalho silencioso e de reflexão, pois é uma situação que traz sofrimento e neste processo desta experiência dolorosa é importante usar a emoção de forma inteligente.

“Um dos objetivos da teoria humanista na psicanálise foi esboçar alguns conceitos sobre a natureza do homem e suas diversas formas de se relacionar com a existência” (PEREIRA, 2006, p.59).

A tese principal da psicanálise humanista é estudar o homem no sentido antropológico e interdisciplinar, para poder ter uma visão mais profunda deste homem no seu contexto de origem. Entender a natureza humana e a forma de se relacionar com a existência e o que foi determinante no seu processo de evolução e revolução interligando as relações sociais, culturais, históricas, científicas, filosóficas e afetivas. É importante ter esta visão da história das civilizações no campo religioso, antropológico, mitológico, da filosofia, os simbolismos, da astronomia, arqueologia e demais áreas que digam respeito ao ser humano. Para Fromm, o homem deveria ser entendido dentro da realidade a qual está inserido, pois estamos num processo constante de transformações e evolução.

Ao criar a psicanálise humanista, Fromm buscou entender o homem em todo o seu processo evolutivo. Compreender as relações que estabeleceu na sua existência e como estas relações contribuíram para a constituição do seu ser. O que nos leva a entender que o contexto histórico, social, cultural, político ao qual está inserido é importante para sua constituição psíquica. A psicanálise humanista tem um olhar transdisciplinar sobre este homem, inserido em seu habitat. O analista adquire uma visão e pensamento crítico, um olhar diferente sobre o ser e a sua existência.

A psicanálise, criada por Freud, tem uma “visão de homem de um sistema fechado e isolado, movido pelo impulso do ego de buscar a sua própria sobrevivência, buscando o prazer para diminuir as tensões que se produzem quimicamente dentro do organismo, localizando-se nas zonas erógenas sendo a mais importante a genital (PEREIRA, 2006, p. 75).

O objetivo do tratamento na psicanálise humanista é desenvolver um processo de humanização dos valores que nos antecederam. Despertar no paciente a redescoberta do seu instinto de realização pessoal, social, onde possa ter um interesse maior pela vida, redescobrando todo o seu potencial criativo, ressignificando seus conceitos, seu auto-conhecimento. O resgate de sua autonomia possibilita enfrentar seus medos e o desejo inconsciente de auto-destruição, que ocorrem por falhas na sua constituição psíquica. A tomada de consciência faz com que o paciente redirecione sua vida, através de uma reflexão que possibilite se perceber tal como é, compreendendo seu estado emocional ou psicológico, analisando todos os aspectos de sua vida. A análise dá suporte para o enfrentamento consigo mesmo e com suas neuroses. Este processo funciona como um espelho, onde, ao se enxergar, com o auxílio do analista, o paciente toma consciência, amadurece, decidindo por uma mudança de sentido da vida. A psicanálise humanista trabalha o paciente de forma diferente: desenvolve o seu humanismo, resgata os valores éticos que são importantes para o crescimento do ser humano. O processo na análise proporciona um auto-conhecimento buscando uma maturidade emocional e retirando do paciente a ansiedade e angústia, a culpa e o medo que condicionam sua existência.

O vínculo entre analista e paciente, a empatia, o ambiente de confiança, a liberdade e a espontaneidade, são importantes para o resultado da análise. A grande revolução proporcionada pela análise está na transformação pessoal do modo como pensamos e vivemos nossa existência, saindo da condição de inferioridade para a de superioridade, desenvolvendo o potencial criativo, originando um novo projeto de vida. O homem para estar vivo, participante e atuante no seu meio social precisa ter

consciência do que consiste a sua vida. É de inteira responsabilidade que cada ser possa dar sentido à sua existência, desenvolvendo o potencial criativo. O amor está diretamente relacionado com esta motivação pessoal para o encontro com o que é essencial na sua vida, pois capacita o ser para manter sua liberdade, sua integridade e a superar o sentimento de solidão e de isolamento. Uma pessoa sem amor está vazia e empobrecida, não consegue ser luz e vida para ninguém.

A cura precisa do desafio, da superação, do autoconhecimento. A psicanálise existe para devolver ao paciente a possibilidade do reencontro consigo mesmo através do afeto, com muito amor a si mesmo e a existência. É esta maturidade emocional que estamos descrevendo que ajudará o ser a amar a vida em toda sua plenitude. A psicanálise nos possibilita esta leitura porque nos desacomoda, nos leva buscar novos caminhos. Ninguém pode dar o que não recebeu por isso a necessidade de buscar sempre, evoluir, enfrentar e solucionar as neuroses. Durante o processo de, superamos e ressignificamos a existência e através destas vitórias e conquistas como sendo o único antídoto eficaz contra a neurose, provando que é capaz de buscar por si mesmo as suas realizações. A neurose funciona na fantasia e tomar consciência delas é ser realista, isto significa avançar em conquistas de superação para, com justiça, ter o reconhecimento das pessoas. O sonho é acreditar na capacidade de buscar na existência tudo aquilo que é direito da pessoa. Por isso mesmo esta vivência está acima das considerações teóricas e intelectuais que funcionam muito mais como uma racionalização para poder explicar o inexplicável e acima de tudo, justificar sua inoperância e defender a condição de perda na existência. Quem se analisa percebe a diferença entre o domínio teórico e a eficácia na prática da vida, este é o diferencial na psicanálise.

A Psicanálise desenvolve no ser humano o seu humanismo, os valores éticos firmados que são importantes para o crescimento do ser humano. A terapia psicanalítica é fundamental para desenvolver o processo de humanização dos valores deste ser, mas especialmente porque é suporte para a compreensão de sua vida psíquica. É um espaço de entendimento, de conhecimento onde o ser humano passa a se conhecer através de suas dores, seus dilemas, buscando além da sua capacidade de tolerar incertezas no processo de auto-conhecimento, o amadurecimento emocional do ser humano, a valorização do potencial criativo, entender e superar as limitações que interferem na sua energia, na sua criatividade e na sua afetividade. Oferece ao paciente, motivações para vencer sua neurose.

3. CONCLUSÃO

O presente artigo tem por finalidade entender dentro do tema da existência, como ocorrem os vazios existenciais ou a falta de sentido na vida. A imprevisibilidade da nossa existência nos leva a muitos desafios. Acreditava-se na qualidade de sermos seres únicos, especiais, singulares, mas a existência que por si só comporta todo o conhecimento, o legado da humanidade, traz consigo uma visão mais profunda de homem e a forma de se relacionar com sua existência, interligando as relações sociais, culturais, históricas, científicas, filosóficas e afetivas.

É importante ter esta visão da história das civilizações no campo religioso, antropológico, mitológico, da filosofia, os simbolismos, a astronomia, arqueologia e demais áreas que digam respeito ao ser humano. Esta existência, de valor universal dá condições para desenvolver as potencialidades criativas do homem e também o condicionam.

A essência do nosso ser individual interage com esta existência. É nestas condições que o ser procura dar sentido à sua vida. Aqui o ser é desafiado a desenvolver seu potencial criativo, sua humanidade, superar desafios, a se constituir. Enfrentar desafios, buscar espaços, desenvolver projetos de vida, sofrer com as perdas, com seus fracassos, criar afetos, desafetos, é a atitude mais plena para desenvolver a sua humanidade. Cada ser é único e age e reage guiado por sua constituição psíquica, de forma consciente ou inconsciente.

Em nossa existência estamos em busca de significados, de realizações. Os fracassos, as perdas, as frustrações, as relações conflituosas, a falta de amor e humanidade, levam o ser a questionar o sentido da vida. Uma vida que não tem sentido é uma vida que não merece ser vivida. Para superar os vazios de sentido na nossa existência precisamos buscar nossa força criativa. No papel mais importante ser desempenhado aqui, cabe ao analista dar o suporte emocional para que ocorra o reencontro do seu ser com sua história. É a descoberta do caminho pelo auto-conhecimento, da motivação. Este processo exige uma busca de novas aprendizagens e do conhecimento das razões do seu fracasso, de suas angústias e tudo isto só é possível quando se consegue mergulhar nesta existência inconsciente, para que se possa analisar as causas que enfraquecem sua

humanidade. **É conhecendo o pior do seu ser, que podemos encontrar o caminho para o melhor.**

A compreensão do ser dentro das situações limites o desafia a compreender a constituição do seu ser levando a desenvolver seu potencial criativo, traçar metas e modificar relações com a existência, ressignificando valores e metas nesta existência. O ser passa ter um novo olhar sobre si e para si. Aprende, porque entende o sentido do amor em sua vida.

A compreensão de si próprio só é possível através do amor. O mundo não se torna mais humano porque fazemos parte dele, só aprendemos a amar o outro quando aprendo a me amar. Neste processo aprendemos a aceitar o olhar do outro pois, também necessitamos deste reconhecimento para desenvolver nosso potencial criativo.

Compreender como a existência interfere na constituição de sua personalidade e que este processo de nascimento é constante. Aprender a viver a ao lado das decepções, perseguições, e na falta de humanidade presente no íntimo do ser. Esta desumanização quando compreendida e elaborada pode resultar num novo humanismo, efetivamente estamos falando da cura, porque este ser encontra-se sempre em gestação, que por sua vez resulta num processo de compreensão de seus estados de internos.

REFERÊNCIAS

BAUMAN, Zygmund. **Amor líquido: sobre a fragilidade das relações humana.** Rio de Janeiro, Jorge Zahar, 2004.

BUBER, Martin. **O eu e o tu.** 8ª ed. São Paulo, Ed. Centauro, 2001.

FRANKL, Viktor E. **Em busca de sentido: um psicólogo no campo de concentração.** 25ª ed., São Leopoldo, Sinodal; Petrópolis: Vozes, 2008.

FRANKL, Viktor., **Um sentido para a vida: psicoterapia e humanismo** – 11ª ed., Aparecida, SP, Idéias & Letras, 2005.

FROMM, Erich. **A Arte de amar.** Belo Horizonte, Ed. Itatiaia Ltda, 1990.

HUISMAN, Denis. **História do Existencialismo.** Bauru, SP, Edusc, 2001.

PEREIRA, Salézio Plácido. Considerações sobre “**A Psicanálise Humanista de Erich Fromm**”. Santa Maria/RS, Ed. ITPOH – Impressão UFSM, 2006.

_____. **O dilema do ser na existência**. Santa Maria/RS, Ed. ITPOH, 2007.

_____. **A natureza inconsciente das emoções**. Santa Maria/RS, Ed. ITPOH, 2007

_____. **O significado inconsciente das imagens**. Santa Maria/RS, Ed. ITPOH, 2007.

_____. **A psicanálise humanista e a incorporação do paradigma da complexidade na formação psicanalítica**. Santa Maria/RS, Ed. ITPOH, 2008.

SARTRE, Jean-Paul. **O existencialismo é um humanismo**. Texto

ZIMERMAN, David E., **Manual de técnica psicanalítica: uma re-visão**. Porto Alegre, Artmed, 2004.