NÚMERO 51

IMPrensa DA UNIVERSIDADE DE COIMBRA

FACULDADE DE PSICOLOGIA E DE CIÊNCIAS DA EDUCAÇÃO
DA UNIVERSIDADE DE COIMBRA

O Sentido da vida: Contexto ideológico e abordagem empírica

António Simões, Margarida Pedroso Lima, Cristina Maria Coimbra Vieira, Albertina Lima Oliveira, Joaquim Luís Alcoforado & Sónia Mairos Nogueira¹

O sentido da vida tem sido considerado um tópico de capital importância por parte da Literatura, da Filosofia e, ultimamente, também da ciência. Depois de descrever o contexto ideológico, em que surgiu a investigação sobre este tema, o presente artigo dá conta das principais tendências da pesquisa empírica neste domínio, em particular, as que dizem respeito aos modelos de envelhecimento bem sucedido, à gerotranscendência, à espiritualidade e ao bem-estar.

“Vã consolação para ele [Raskolnikov] dizer que, daí a oito anos, ainda só teria trinta e dois e que poderia, então, recomeçar a sua vida. Mas porquê viver? Tendo em vista que projectos? Fazer esforços para quê?” (Dostoievski, 1972, Tomo II, p. 393).

– “Aqui é quase como na terra para onde vamos – disse ela.

– É – respondeu o homem –, mas aqui é um lugar de passagem.

E ambos se levantaram e se vestiram” (Andresen, 1970, p. 103).

“Não posso viver sem saber quem sou e com que fim fui lançado a este mundo – dizia ele [Levine] para consigo. E visto que não poderei chegar a sabê-lo, torna-se-me impossível viver. No tempo infinito, na infinitude da matéria, no espaço infinito forma-se um organismo como uma borbulha, mantém-se por algum tempo, rebenta. Essa borbulha sou eu” (Tolstoi, 1970, p. 857).

Julgo pois que o sentido da vida é o mais premente dos assuntos – das interrogações” (Camus, s. d., p. 14).

PALAVRAS-CHAVE: sentido da vida; bem-estar subjectivo; transcendência.

Que o sentido da vida é um tema premente, se não o mais urgente dos assuntos, como opina Camus, é largamente ilustrado pela Filosofia, a Literatura e a Psicologia.

Explicitamente, talvez não possa considerar-se um problema central da Filosofia (Murcho, 2006), mas, implicitamente, parece inegável que o foi e, nos últimos tempos, tem recebido, cada vez mais atenção². Já Anaxímenes, interpelado por

¹ Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação da Universidade de Coimbra.

² Hoje, “a reflexão filosófica está centrada na pesquisa do sentido da vida. Se não consegue levar a bom termo esta pesquisa, o filósofo é tentado a concluir que a vida é absurda, o que abre caminho a todas

Pitágoras, lhe replicara: “Como poderei eu entreter-me com os segredos das estrelas, tendo sempre a morte e a servidão na frente dos meus olhos?” (cit. por Sagan, s. d., p. 363). E Pascal (1959, p. 55) interroga-se e confunde-se, ao confrontar a insignificante duração da sua vida com a imensidão da eternidade que a precede e que a segue, sem achar explicação para se encontrar aqui, em vez de ali: “Quem me pôs nisto? – pergunta-se. Por ordem e obra de quem me teriam sido destinados este lugar e este tempo?”

Na Literatura também tem largo acolhimento o questionamento sobre o sentido da vida. É o que sucede com os dois colossos da literatura russa. Na sua obra, *Os irmãos Karamazov*, por exemplo, Dostoievski (tomo I, 1966) coloca na boca do Inquisidor-mor as afirmações que se seguem: “O segredo da existência humana consiste, não só em viver, mas ainda em encontrar um motivo para viver. Sem uma ideia nítida do fim da existência, o homem prefere renunciar a ela e, mesmo rodeado de montões de pão, ele destruir-se-á, de preferência a ficar neste mundo” (p. 299). Por sua vez, Tolstoi descreve, de maneira dramática, na novela, *A morte de Ivan Illich* (s. d.), uma personalidade, à beira do desespero, por não encontrar resposta para o problema do sentido da vida. De excepcional densidade emocional é também o conto sobre o mesmo assunto que a nossa Sophia de Mello Breiner (1970, pp. 78-111) intitulou *A viagem*. Por último, são várias as referências à mesma temática, disseminadas pela obra, *Pensar*, de Vergílio Ferreira (2004). Por exemplo, logo a abrir, declara: “A grande obsessão do homem é dar um sentido à vida” (p. 22).

Território da Filosofia e da Literatura, o sentido da vida começou a ser abordado, mais recentemente, pela Psicologia. Fromm (1978) é um bom exemplo. Contra a tradição psicanalítica ortodoxa, representada por Freud, que considera as pulsões sexuais como o dinamismo mais fundamental da psique, o autor de *Man for himself* pensa ser a necessidade de se orientar na vida a fonte mais poderosa de energia para os humanos. “Todos os homens são ‘idealistas’ – escreve (p. 49) – e esforçam-se por conseguir algo para lá da satisfação física”. Em aberta oposição à perspectiva freudiana, está também Viktor Frankl, o autor da chamada logoterapia – um tipo de psicoterapia baseada na ideia de que encontrar um sentido para a vida é uma necessidade fundamental do ser humano (Frankl, 1969, 2004). Contribuições como estas prepararam o caminho para a psicologia positiva, que coloca o acento “nas experiências positivas e nos traços individuais positivos, bem como nas instituições que facilitam o seu desenvolvimento” (Duckworth et al., 2005, p. 630). Assim sendo, problemáticas, como as do bem-estar subjectivo, comprometimento com a vida (*engaged life*) e de vida com sentido, são recorrentes, nesta tendência da psicologia actual.

as desordens dum espírito sem nenhum princípio de conduta” (Foulquié, 1997, p. 368).

Após estes respigos sobre a importância do sentido da vida, é necessário aclarar o significado da expressão. Começando pelo termo *vida*, esta é entendida como um todo e restringida à existência humana: o que se pergunta é qual é o sentido do conjunto das acções de uma pessoa, desde o nascimento, até à morte. Reconhece-se que uma acção particular possa ter, como é, geralmente, o caso, um objectivo particular e imediato. Mas não é disso que se trata. A questão é a de saber qual a finalidade última das acções humanas³.

Sem finalidade não há sentido, mas a existência de finalidade não basta para haver sentido: condição necessária, a finalidade não é condição suficiente do sentido. O mito de Sísifo ilustra o que acaba de afirmar-se. Condenado a arrastar o pedregulho, até ao cimo da montanha, a sua vida tinha uma finalidade. Mas nem por isso deixava de ser absurda, na medida em que tal finalidade era inatingível, isto é, na medida em que Sísifo tinha de repetir, indefinidamente, uma tarefa que, uma vez terminada, tinha de ser recomeçada (ao chegar ao cimo do monte, a pedra escapava-se, inutilizando todos os esforços despendidos). Mas, mesmo admitindo que Sísifo podia atingir a finalidade proposta, teria sentido a sua vida? Não, porque essa finalidade era destituída de valor – o valor é uma condição necessária (mas não suficiente) para o sentido.

Portanto, a existência de finalidade e de valor não bastam para dar sentido à vida. Para além destes, é ainda necessário o desempenho activo de uma tarefa: se esta é executada, mecanicamente, sem entrega, da parte do agente, ela pode ter finalidade e valor, mas não dá sentido à vida. Há, então, sentido, quando existe finalidade exequível e com valor e entrega activa a uma tarefa (Murcho, 2006).

Como observam diversos autores (Murcho, 2006; Savater, 2000), o questionamento do sentido da vida tem ressonâncias religiosas, porquanto lhe está subjacente o pressuposto de que não se encontrará uma resposta válida para o mesmo, se não se considerar a envolvente mais vasta, que é o plano global estabelecido pelo Criador para o universo. Porém, uma grande parte das discussões filosóficas rejeitam a necessidade desta associação.

Para além da perspectiva religiosa *versus* naturalista de sentido da vida, há ainda a que se traduz em termos de objectivismo *versus* subjectivismo. Isto é, pode perguntar-se se se trata de inquirir o sentido, tal como cada um o apreende (o significado pessoal que a vida tem para cada indivíduo), ou como uma certa realidade o impõe. Na generalidade dos casos, a questão é entendida, na última acepção, ou seja, em termos objectivos. Porém, o problema não tem de colocar-se, sob a forma de antinomia. Como observa Wolf (*online*), “o tipo de vida que é mais

³ Esta é uma abordagem caracteristicamente filosófica da questão. Veremos, mais adiante, que, para ser tratado, cientificamente, o problema, tem de ser formulado, em termos diferentes.