

# ESPIRITUALIDADE E SENTIDO DE VIDA

## SPIRITUALITY AND MEANING OF LIFE

Fernanda Polidoro dos Santos

Jéssica Barbosa

*Universidade do Vale do Itajaí - UNIVALI*

Resumo. A presente pesquisa investigou a relevância da espiritualidade, na perspectiva logoterapêutica, como possibilidade de descoberta de um sentido para a vida. A Pesquisa Bibliográfica foi a metodologia assumida àquela investigação. Os objetivos específicos, próprios do processo investigativo, foram: elucidar os pressupostos logoterapêuticos; definir religiosidade e espiritualidade; analisar os aspectos positivos e negativos da experiência religiosa e espiritual como possibilitadora de um sentido para a vida. Concluiu-se, pois, que a espiritualidade, como experiência genuinamente humana e multiforme, possibilita, amplamente, a descoberta de um sentido para a vida.

Palavras-chave: espiritualidade, Logoterapia, sentido de vida.

Abstract. The aim of this research was to investigate the relevance of spirituality, into the logotherapy perspective, as a possibility of finding a meaning of life. The Bibliographic Research was the methodology chosen for the investigation. The specific objectives, owned of the research, were: elucidate the logotherapy assumptions; define religiousness and spirituality; analyze the positives and negatives aspects of the religious and spiritual experience as a finding of the meaning of life. The authors concluded that the spirituality, as an human and multiform experience, enables the finding of the meaning of life.

Keywords: Logotherapy, meaning of life, spirituality.

## INTRODUÇÃO

O presente artigo consiste numa revisão bibliográfica com o objetivo primordial de responder se para a Logoterapia a espiritualidade possibilita a descoberta de um sentido para a vida. Visto a necessidade da produção de conhecimento nessa área, que hoje tem uma grande relevância na sociedade, o que despertou-nos o interesse em entender e descobrir qual o significado da descoberta de um sentido para a vida e de que forma a espiritualidade pode contribuir ou prejudicar este encontro. Pois é notável o altíssimo número de pessoas religiosas-espirituais e a importância que esta crença tem em suas vidas e no sentido que dão às suas. Compreende-se, não obstante, que o aprofundado nessa área poderá contribuir no trabalho do psicólogo qual, independentemente do campo de atuação, se deparará com a religião e pessoas religiosas, à medida que todos somos seres também espirituais.

A Logoterapia é a Terceira Escola Vienense de Psicoterapia, criada por Viktor Emil Frankl (1905-1997). Foi precedida pela Psicanálise de Sigmund Freud (1856-1939) e pela Psicologia Individual de Alfred Adler (1870-1937).

A Logoterapia é uma abordagem centrada no sentido. No entanto, não se trata de investigar um sentido, mas sim o sentido já existente em cada indivíduo obtendo, assim, uma direção na qual o ser humano se impõe pela sua responsabilidade para com a sua vida. A Logoterapia tenta humanizar as Psicologias, acreditando que o ser humano pode se humanizar numa atitude livre e responsável (Benincá, 2007).

Essa pesquisa, fundamentada nos pressupostos logoterapêuticos, articula esse viés, relacionando-o às crenças religiosas, às espiritualidades e ao sentido de vida. Aprofunda-se,

tanto quanto possível, cada temática possibilitando, assim, uma compreensão ampla, esclarecedora e enriquecedora. Por fim, discorre-se a linha de pensamento desenvolvida para responder à pergunta de pesquisa proposta, englobando nessa tese a realidade, a vontade e a liberdade.

## VIKTOR EMIL FRANKL: APONTAMENTOS BIOGRÁFICOS

Viktor Emil Frankl nasceu em 26 de março de 1905, em Viena. Vindo de uma criação onde existia a preocupação com a juventude, Frankl quando criança já começara se manifestar sobre o que era o sentido da vida. Em sua adolescência apresentou sua primeira conferência sobre o sentido da vida. Em 1920 Frankl publicou seu primeiro trabalho científico no "Internacional Journal of Psychoanalysis". Em 1921 Frankl escreveu seu primeiro trabalho com o título: Sobre o significado da vida. Em 1923 escreveu um trabalho final na conclusão dos estudos secundários sobre a psicologia do pensamento filosóficos.

Frankl, a partir das publicações anteriores, iniciou suas primeiras publicações na seção juvenil de um diário local, assim como sua correspondência com o seu ilustre compatriota Sigmund Freud. Este o acolheu com um grande interesse em seu ensaio sobre os movimentos da mímica de afirmação e negação, no qual foi encaminhado para publicação do Jornal Internacional de Psicanálise, em 1924. Por meio da admiração por grandes filósofos existenciais, foi fundamentando as bases para futuras teorias psicoexistenciais. Aos seus vinte e um anos Frankl obteve o certificado em Psicologia do Indivíduo. No mesmo ano Frankl participou de uma conferência em que falara, pela primeira vez, em Logoterapia para um público acadêmico.

Fora aluno de Osvald Schwartz, de medicina psicossomática e Rudolf Adler. Em 1925 organizou os centros jovens, em que fazia atendimentos dos

afetados pelo pós-guerra, onde trabalhava problemas psicológicos como depressão, suicídio, entre outros. Seu interesse pela Psicanálise já se manifestara na adolescência. Sua fascinação pela Psiquiatria sempre se fez presente, assim como pela Filosofia. No interesse pela busca do sentido da vida, Freud não o valorizava.

Frankl tivera seu primeiro encontro com Freud em 1925, onde ainda vivia na mesma cidade. Porém, preferiu seguir a corrente psicanalítica dissidente fundada por Alfred Adler, publicando naquele ano a *Psicoterapia e Visão do Mundo* em um jornal da corrente adleriana, onde explorou a questão filosófica dos significados e valores. No ano seguinte empregou pela primeira vez a expressão Logoterapia nas conferências que pronunciou em congressos em Düsseldorf, Frankfurt e Berlim, determinando um rumo dentro do movimento psicanalítico no círculo adleriano.

Em 1930, Frankl formou-se em Medicina pela Universidade de Viena e passou a trabalhar na Seção de Neurologia no Hospital de Viena, sendo mais tarde transferido para o departamento de Psiquiatria sob a supervisão de Otto Pözl. Posteriormente, integrou-se à clínica *Maire Theresien Schloessel* de Viena, onde se especializou em Neurologia, sob a direção de Josef Gerstmann. (Xausa, 2012). Em 1933, começou na área de Psiquiatria e Neurologia na Clínica Schlössel, sendo um pioneiro do estudo e da aplicação de psicofármacos, combinados com técnicas psicoterapêuticas. Em 15 de setembro de 1935, foram promulgadas por Hitler leis de restrição aos direitos civis dos judeus atingindo nomes da Psiquiatria da Áustria. Nos anos seguintes como 1936 e 1937, Frankl ministrou seminários no Instituto para pesquisa psicológica liderados por Carl Jung e Matias H. Göering. No entanto, Frankl percebera que havia algo de errado, onde Göering e Jung o queria seduzir para usar sua teoria como

fundamento da ideologia nazista, forçando-o a afirmar que o nazismo era o super-sentido, fazendo-o assim perceber e se afastar do Instituto, começando então a exercer atividade em um consultório particular no apartamento de sua irmã Stella.

Em 1938 os judeus foram brutalmente perseguidos e levados para os campos de concentração. Nessa mesma época Frankl publicou em uma revista de Psicoterapia os conceitos de Logoterapia e Análise Existencial. Em outro artigo, introduziu a ideia de psicologia das alturas, complementando assim a psicologia profunda de Freud, onde afirmara que as forças espirituais do homem podem e devem ser despertadas na psicoterapia em direção à saúde. (XAUSA, 2012). Ainda em 1937 iniciou a emigração de judeus, sendo que Adler emigrou para Nova York, e falecendo em 1937. Em 1938 Freud foi com sua família e sua filha Anna para Londres, tendo ainda perseguições nazistas. Foi prisioneiro nos campos de concentração durante treze anos, tendo esposa, pai, mãe e irmão (exceto sua irmã) mortos pelo regime nazista.

Do ano de 1940 a 1942, Frankl se tornou encarregado do Departamento de Neurologia do hospital judeu Rothschild em Viena, sendo obrigado a fazer diagnósticos benignos, a fim de salvar paciente judeus de serem executados pelos nazistas. Nesta mesma época publicou artigos em jornais e escreveu o *O Médico e a Alma*. Vitor Emil Frankl falecera em 2 de setembro de 1997, aos 92 anos, em Viena.

## A LOGOTERAPIA

A Logoterapia ou a *terapia do sentido* se vista por meio de seu significado gramatical, originalmente grego, tem por base fundamental o sentido da existência humana, bem como a busca da pessoa por esse sentido. Compreendendo esta busca

como uma motivação primária, inata do ser humano. De forma que esta busca por um sentido ou até mesmo a frustração existencial não significa por regra um aspecto doentio ou patogênico, mas pelo contrário, essa ansiedade é algo vital para nosso progresso e desenvolvimento, à medida que nos impulsiona a buscar o que em nós é genuíno e que faz nossa vida valer à pena. No entanto, seu benefício só se faz possível quando este sentimento é corretamente controlado. Esse sentido é exclusivamente individual, assim como é mutável, diferente em dados momentos específicos da vida de qualquer indivíduo. Isso porque a existência humana se dá de forma noodinâmica, intercalada entre tensão, busca, encontro e reorientação voltadas a essa razão para existir. Esse movimento nos impulsiona ao crescimento pessoal e ao aprimoramento de nosso caráter.

Frankl (2008) via o ser humano em quatro dimensões fundamentais: a dimensão social, a dimensão somática abrangendo os fenômenos corporais e fisiológicos, a dimensão psicológica abrangendo os instintos e as cognições e, por fim, encontrada em um patamar superior, a dimensão noética ou espiritual, qual definia como dimensão genuinamente humana, qual sustenta os valores, a criatividade, a consciência moral. Não negando os pressupostos de Freud, Frankl (2007) acreditava que estas quatro dimensões interagem entre o ego, o id e o superego. A dimensão noética é, obrigatoriamente, ou necessariamente, inconsciente e mostra-se como a dimensão da vivência da liberdade e da responsabilidade de se pôr no mundo. Somos livres para escolher a forma de responder às experiências do mundo. No entanto, essa escolha é influenciada pelo sentido, pelas razões próprias estabelecidas, noeticamente, em cada indivíduo.

Na dimensão noética, somos sempre puros, incorruptíveis, inatingíveis por doenças ou ataques morais. Uma das características mais marcantes

dessa dimensão é a autotranscendência, fenômeno possibilitador de nossa existência no mundo à medida que dirige o ser humano para algo ou alguém fora de si mesmo. O que significa, para a Logoterapia, ação fundamental para o alcance da realização espiritual ou existencial, porque para existir é preciso fundamentalmente existir para algo ou para alguém. O segundo passo para essa realização seria a dedicação pessoal a uma causa maior do que a pessoa, ou a renúncia pessoal a outro ser. Quando essa realização autotranscendente se concretiza ela se faz irreflexível ao indivíduo que a está presenciando, ou seja, quanto mais a pessoa esquece-se de si mesma, dedicando-se a servir uma causa maior ou a amar outra pessoa, mais humana será e mais se realizará. Então, a autorrealização só é possível como um efeito colateral da autotranscendência (Frankl, 2008).

Os fenômenos que melhor caracterizam o inconsciente noético são a consciência moral, o amor e a arte. A consciência moral é vista, por vezes, como uma consciência religiosa, algo que nos dota de responsabilidade; o amor se apresenta como possibilidade única de captar um outro ser no íntimo de sua personalidade, por permitir ver no ser amado até mesmo suas potencialidades ainda não realizadas, estimulando-as.

O sofrimento é também um possibilitador de encontro ao sentido, quando o encaramos como um desafio e como uma possibilidade de conquista por meio da nossa atitude frente ao sofrimento inevitável. Da mesma maneira que à medida que damos um sentido ao sofrimento alteramos nossas atitudes de enfrentamento em relação a ele, pois como já se afirmara: “Quem tem por que viver pode suportar quase qualquer coisa”.

Por vezes, esse sentido não é encontrado, o que pode causar no indivíduo o vazio existencial, manifestando-se desde um estado de tédio à

depressão, agressão, aderência a vícios e ao sofrimento intenso que leva muitos ao suicídio. A este respeito Frankl (2008) chegou a afirmar em certo momento que o homem pode suportar tudo, menos a falta de sentido. Essa falta de propósito que por vezes associada a crenças subjacentes de inferioridade podem fazer com que o indivíduo se encontre em uma desenfreada busca de poder, sendo esta atitude uma forma inconsciente de compensar suas frustrações. Essa compensação pode acontecer também por meio de buscas desenfreadas de prazer sexual. Esse fenômeno é altamente influenciado pela situação social e cultural a qual estamos expostos, no que diz respeito a laços, tradições e ideias, quais alteram diretamente nossa motivação, alteram o nível de dificuldade de inserção na sociedade e compromete nossa resiliência frente às adversidades da vida.

## RELIGIOSIDADE E ESPIRITUALIDADE

A religiosidade se faz presente desde os primórdios da história humana, um período conhecido por *pré-história*. Conclusão essa advinda do estudo de resquícios deixados por seres humanos que nos antecederam em milhares de anos. A partir disso a tendência para esse fenômeno foi de intensa expansão para todos os cantos do mundo, de forma a construir-se singularmente, assemelhando-se as características das localidades onde se estabelece. As religiões dos povos advêm de estruturas históricas de longa duração, sabendo que essa história é constituída de fatores sociais, culturais, políticos, éticos, ambientais e demográficos, específicos de cada região. Graças, então, a esse processo milenar, que podemos nos deparar hoje com tamanha diversidade de religiões ao redor do mundo, assim como às suas diversas constituições ritualísticas, simbólicas, éticas e estéticas.

A partir da catequização dos índios pelos portugueses na colonização, o Brasil regou-se de

grande influência religiosa do catolicismo, qual, ditado como regra pelos colonizadores, acabou por se estabelecer como identidade nacional. Após esse acontecimento primeiro, diversas outras influências se estabeleceram no território brasileiro, possuindo o país hoje uma gama enorme de religiões e formas religiosas. Sendo mais de 80% dos brasileiros adeptos a uma religião específica de acordo com o Senso Demográfico do ano de 2010 (IBGE, 2010).

Elucidamos, a partir dessa introdução, que a religiosidade se faz presente quando mais de um indivíduo dividem uma mesma crença ou executam mesmas práticas no intuito individual de exercer sua espiritualidade. Esse novo conceito, a espiritualidade, apesar de muito associado e por vezes até embutido na compreensão de religiosidade, se difere fundamentalmente dessa. A espiritualidade diz respeito a uma relação estabelecida por uma pessoa com um ser ou uma força superior na qual ela acredita sem necessariamente haver o envolvimento desta com uma religião ou instituição religiosa. (Pargament, Smith, Koenig & Perez, 1998, citado por Faria, 2005).

Segundo Peres, Arantes, Lessa e Caous (2007) a espiritualidade se define como aquilo que traz significado e propósito à vida das pessoas. É um fator que contribui para a saúde e a qualidade de muitos. Sendo também um conceito encontrado em todas as culturas e sociedades, definida com uma busca individual. A espiritualidade para Panzini, Rocha, Bandeira e Fleck (2007) envolve questões quanto ao significado da vida e à razão de viver, não limitado a tipos de crenças ou práticas. Para os autores, a espiritualidade também pode ser definida como a busca pessoal por respostas compreensíveis para questões existenciais sobre a vida, servindo como meio de relação com o sagrado ou transcendente qual podem levar a ou resultar do desenvolvimento de rituais religiosos e formação de

uma comunidade (Panzini, Rocha, Bandeira e Fleck, 2007).

Pessini (2007) afirma que a espiritualidade é formatada na contemporaneidade como relacionamento à natureza e à busca de um sentido ou significado de vida, não vinculada a um ser superior. Fazendo uma ponte com Pessini, Kovács (2007) relata que a espiritualidade é a possibilidade do ser humano viver um sentido de transcendência, estando esta ligada a compreensão do sentido da vida, onde pode envolver um sistema de crenças, por vezes ligadas às religiões tradicionais que tem um elemento fundamental de construção do próprio sujeito. Não obstante, um autor que muito se preocupou com este estudo da espiritualidade fora o mencionado Viktor E. Frankl, criador da Logoterapia, abordagem esta norteadora deste artigo (Pessini & Kovács, 2007).

## FATORES POSITIVOS E NEGATIVOS

As primeiras discussões sobre religião no âmbito da psicologia foram trazidas por Freud, que a via como uma defesa socialmente construída, alienante e patologizante à medida que se apresenta como remédio ilusório contra o desamparo, esquivando o indivíduo da realidade. (Freud, 1980, citado por Dalgalarrondo, 2008). A partir disso vários outros autores se alteram a estudar os aspectos negativos da religiosidade, Pargament, Smith, Koenig e Perez (1998, citado por Faria, 2005) enquadram nessa posição a atitude de lançar a Deus suas responsabilidades ou culpar o Demônio pelas adversidades do cotidiano, vendo este comportamento como prejudicial ao processo de enfrentamento. No mesmo aspecto Freud (2010) discute sobre essa visão em que temos sobre a religião ou cultura da humanidade, apresentando restrições de impulsos, especialmente nos restringindo de modo frio, cruel e sem consideração, justificando as ocasiões de nossa satisfação.

Dalgalarrondo (2008) ainda como aspectos negativos referentes à adesão religiosa, identificou traços de personalidade de risco como conformismo, dependência, atitudes defensivas, pior ajustamento, baixo auto-estima, perfeccionismo, insegurança e ódio autodirigido. Podendo, também, por meio de seus dogmas, causar culpa excessiva, vergonha e expectativas exacerbadas em relação a si mesmo e aos outros, tendendo a depreciar ou excluir aqueles cujas crenças ou modos de vida difiram dos dele, o que pode acarretar em isolamento social.

Outro aspecto que se pode notar uma relação negativa entre saúde e religião é encontrado em específicos subgrupos onde há a proibição ao uso de vacinas, transfusão de sangue e tratamentos medicamentosos, mesmo em casos emergenciais. Sendo grande parte das instituições religiosas defensoras de doutrinas discriminatórias e também homofóbicas podendo, dessa forma, prejudicar também pessoas não religiosas.

Não obstante, outras pesquisas mostram o lado positivo da religiosidade, no ponto em que se associa a saúde da população, seus resultados apontam características benéficas nos indivíduos religiosos como maior bem-estar psicológico, alta auto-estima, otimismo, maior esperança em relação ao futuro, melhor ajustamento social e familiar, menor propensão a sintomas depressivos e aderência ao suicídio, menores níveis de ansiedade, assim como menor permissividade sexual e baixa aderência ao uso de álcool e outras drogas, tendo estas pessoas, ao mesmo tempo, maior facilidade para lidar com as dificuldades da vida. (Dalgalarrondo, 2008). A este respeito Moreira-Almeida e Koenig, (2006, apud Faria, 2005) ainda afirmam que a prática religiosa realmente pode ter influência importante na interpretação dada a eventos traumáticos e na forma de lidar com eles, à medida que promovem percepções resilientes, amparo para superação da dor psicológica e a autoconfiança em lidar com as

adversidades. Outros fatores positivos seriam, segundo Dalgarrondo (2008), a busca de apoio espiritual, o perdão religioso, o enfrentamento, e, o que já exposto anteriormente, a redefinição benevolente do estressor.

Em uma análise mais detalhada sobre essa temática, Pargament et al. (1998, citado por Dalgarrondo, 2008) argumentam que a religião pode assumir funções diferentes nos diversos estilos de solução de problemas, de forma que a resposta varia de acordo com o nível de participação da pessoa na resolução e a quantidade de responsabilidade atribuída neste processo. O primeiro estilo, proposto por Pargament e cols. (1998, citado por Dalgarrondo, 2008) é denominado autodirigido (*self-directing*). Nesse a responsabilidade pela resolução dos problemas é atribuída ao indivíduo, aceitando este a liberdade que lhe foi dada por Deus para conduzir sua própria vida. O segundo estilo é o delegante (*deferring*), qual se caracteriza pela transferência da responsabilidade pelo indivíduo para Deus, esperando Dele as soluções. O terceiro é o chamado estilo colaborativo (*collaborative*), no qual ambos possuem sua necessária participação ativa no enfrentamento dos problemas, sendo, portanto a responsabilidade atribuída tanto ao indivíduo como a Deus.

Para Sarriera (2004), a espiritualidade é um componente para a personalidade e para a saúde, por meio do modelo biopsicossocioespiritual, aquele que dá conta de uma visão integrada do ser humano. Por meio do potencial cristão e religioso pode-se observar o recurso de mudança e qualidade de vida para a maioria da população, incluindo a espiritualidade como principal meio de fortalecimento pessoal e comunitário. (Sarriera, 2004). Já para Zohar e Marshall (2000), a espiritualidade não passa de um sentimento inútil, fútil deixando de lado todos os valores humanos.

Para Kovács (2007), a espiritualidade, como possibilidade do ser humano viver um sentido de transcendência, está ligada a uma compreensão do sentido da vida. Está relacionada com a religiosidade intrínseca, envolvendo a contemplação e reflexão sobre as experiências da vida.

Conclui-se, dessa forma, que a religiosidade e a espiritualidade podem se apresentar tanto como uma força promotora de saúde e preventiva ao que tange comportamentos de risco como fator prejudicial ao andamento da vida mental, sócio e fisiológica, variando de acordo com a forma que o indivíduo encara suas crenças. Compreende-se, também, a dificuldade presente na tarefa de distinguir, na experiência humana, os aspectos religiosos e/ou espirituais.

## A RELEVÂNCIA DA ESPIRITUALIDADE PARA A LOGOTERAPIA

Até que ponto a espiritualidade faz parte de nós como conteúdo inato em nossa formação e até que ponto é criada para suprir o vazio que nos envolve a partir das dúvidas de nossa existência, essência e finitude?

Há quem tenha uma visão amplamente holística do assunto, ligando-nos ao imenso universo como seres espirituais vivenciando uma experiência humana. Como se realmente fizéssemos parte de algo que transcende nossa própria consciência. Entende-se que a partir dessa concepção o sentido da vida se dá como um sentido último, algo após nossa própria existência humana. Nesse sentido, parece possível experimentar o afastamento do doloroso confronto com nossa realidade tão vaga e vazia de respostas aos nossos tantos “porquês”. A crença em uma realidade maior, em um criador soberano, em um lugar melhor que nos aguarda, em uma proteção que acaba por nos resguardar do processo sem fim de construção e destruição da nossa realidade é, sem dúvida, algo capaz de nos

acomodar; de forma ilusória ou não, como podemos saber? E é exatamente por essa incerteza que se acomoda por de baixo da fé que sustenta que muitos acabam por aderir a fanatismos religiosos e a agir de forma agressiva e dogmática a quem se apresentar com uma realidade diferente. Podemos entender que esta situação é bem compreendida como uma ameaça aos frágeis pilares que sustentam este ser de fé e que o protege do próprio vazio que o acompanha.

Como que do macro para o micro, podemos compreender que há também espiritualidade em terra firme, podendo esta ser percebida em comportamentos e sentimentos humanos em relação ao seu meio social, ao próximo e fundamentalmente a dedicação a esses. A própria capacidade de transcendência que possuímos pode servir como um meio espiritual de nos pôr frente à existência. E é nesse sentido individual, singularmente compreendida por cada ente, que podemos nos deparar com uma espiritualidade desgarrada de qualquer padrão religioso ou religiosidade. Desta forma, ela abrange seus limites, se fazendo presente em gestos, em realizações, em esperanças, preenchendo novamente o velho vazio. Porém, agora de forma mais alicerçada e menos dogmatizada.

Somos seres constituídos por meio de símbolos e representações da cultura pela qual nos construímos o humano que podemos ser, e é nesse sentido que também projetamos essas representações que nos cabe a todo o externo que se põe frente a nós. O divino, não obstante, é simbolizado com características humanas. Deus não é poupado de ser simbolizado de maneira, ora mais, ora menos, antropomórfica. Nesse sentido, as religiões seriam algo como um “sistema de símbolos”.

No entanto, se encaramos este “supra-ser” experienciado por meio de um “supra-sentido”,

entendemo-lo como algo além de nossa consciência racionalista, além do mundo. Logo este não poderia ser colocado no mesmo nível das coisas mundanas, dos “seres do mundo” quais construíram suas próprias regras (Fizzotti, 1996).

Frankl (2007), nessa perspectiva, assume que esse sentido último escapa de nossa apreensão intelectual; a própria ciência natural não o atinge, o que o faz simplesmente incompreendido, mas de forma alguma inacreditável.

Resta, então, à nossa consciência escolher no que acreditar ou no que não acreditar. E é neste ponto que surge a fé. E nas palavras do próprio autor: “A fé não é uma maneira de pensar da qual se subtraiu a realidade, mas uma maneira de pensar à qual se acrescentou a existencialidade do pensador”. Não obstante, afirma que, no fundo do inconsciente, todos nós temos fé, pelo menos no sentido amplo da palavra, de forma que até mesmo os ateístas declarados não são menos capazes de encontrar um sentido em suas vidas do que as pessoas que conscientemente se consideram religiosas.

Além de sua amplitude o assunto da fé se caracteriza também por sua forma de expressão. Entende-se por fé verdadeira aquela que acontece de forma tão espontânea quanto sincera. Logo, esta jamais poderia ser induzida, exigida ou manipulada por outrem se não a própria pessoa que a faz viva em si. A fé se designa por uma esperança vivenciada de forma singular, por meio de mecanismo e formas de compreensão únicas de cada ser que tem a capacidade de experienciá-la. Nesse sentido, podemos estar pensando que o ato de englobar uma religião como um todo verdadeiro seria no mais profundo da singularidade inegável de cada um, em metade passível de dúvida e descrença. Percebe-se que esse tipo de reflexão está bastante presente na consciência da nova geração, onde muitos dogmas



foram quebrados e muitas certezas duvidadas, onde culturas se confundiram na globalização, um momento sem verdades absolutas, sem rédeas moralistas em demasia que nos separe do defronte com a liberdade. Frankl acreditava que a direção qual caminhamos não é a de uma religião universal, mas sim para uma religiosidade profundamente pessoal, onde cada um poderá encontrar sua própria linguagem para se dirigir a Deus (O que não altera a possibilidade de continuarem sempre existindo rituais e símbolos em comum).

Essa liberdade lhe é mais que inerente, na verdade lhe é predestinada. A pessoa está, sim, sujeita a todo tipo de condicionamento, não podendo, em hipótese alguma, estar completamente livre deles. Mas o ser humano é livre para assumir uma posição frente a sua realidade, e direcionar sua vida por meio de atos de liberdade, que nada mais são que suas próprias escolhas. Durante toda existência somos obrigados a escolher, e é neste sentido que somos obrigados a ser livres. Nossas escolhas geram consequências, o que nos obriga também a ser responsáveis. E esse ato de responsabilidade perante nossas atitudes para com o próximo nada mais é que um ato espiritual.

Nesse sentido, o ato de praticar uma ação de benefício mútuo, o planejamento de si que envolva os outros, a natureza, a sociedade, num crescendo harmônico e profundamente humano, a atuação responsável frente as adversidade que lhe são expostas, são além de fontes de encontro de sentido, expressões da espiritualidade que nos é imanente.

Isso significa que não basta ver o ser humano apenas por meio de instintos que deve satisfazer, das necessidades que deve acalmar, das excitações que deve eliminar, da agressividade que deve descarregar. O necessário está nisso, mas também além disso. Seu universo engloba a decisão, a liberdade, a responsabilidade de realizar um dever que lhe foi

confiado pessoalmente. O ser humano é capaz de ir além de si mesmo, de lançar-se nos espaços ilimitados da realidade e suas realizações dependem unicamente de sua coragem, não sendo inibida por idade, sexo, QI, formação educacional, estrutura de caráter e meio ambiente, independentemente inclusive do fato de ter ou não uma religião professada.

Nesse momento podemos confiantes anunciar o “sim”. Sim, podemos encontrar sentido por meio da espiritualidade, podemos sim, completarmo-nos com a religiosidade e por meio desta encontrar um sentido último. Agora, sobre a veracidade desta realização, estaremos sempre desamparados, de forma que até o último instante de nossas vidas não saberemos se realmente cumprimos o sentido de nossas vidas ou se apenas fomos enganados por nossa própria consciência, qual nos permitiu agarrar uma ilusão de sentido. Isso não quer dizer que não exista verdade. Apenas que não podemos saber se somos nós ou outro que a possui.

## CONSIDERAÇÕES FINAIS

A trajetória humana é permeada de múltiplas experiências, destacando-se, entre elas, a religiosidade e a espiritualidade. Constata-se em todas as culturas a manifestação religiosa e espiritual graduando, de modo geral, a sua intensidade. Porém, em cultura humana alguma se manifestou, até o presente instante dessa história, a ausência daquelas experiências. Assim, evidenciam-se em cada momento histórico específicas religiosidades e determinadas espiritualidades.

Para frisar a relevância da temática atentamo-nos aos dados do Senso Demográfico de 2010, qual afirmou ser 80% da população brasileira adepta a alguma religião específica. (IBGE, 2010). Desse modo, podemos facilmente associar que o trabalho do profissional da Psicologia, independentemente do campo de atuação, se

deparará com pessoas religiosas e espiritualizadas. Não obstante, a espiritualidade toma uma dimensão ainda mais abrangente, à medida que está sendo admitida como parte integrante da dinâmica de todo ser humano, cuja contemplação remete-nos ao biopsicosocioespiritual.

A Psicologia, como um dos saberes humanos, atem-se, de longa data, à investigação das religiosidades e das espiritualidades. No entanto, a explicitação desta visão pela contemporaneidade torna essa investigação, sistematização e divulgações científicas ainda mais relevantes.

A busca por um sentido para viver mostra-se como, mais que uma problemática, um progresso evolutivo de caráter cada vez mais exposto a nossos olhos e ouvidos, principalmente nas clínicas de Psicologia. O que trás maior relevância à Logoterapia, que há muitos anos tem por foco essa preocupação. Não obstante, o labor logoterapêutico

insiste na relevância das religiosidades e das espiritualidades à realidade humana, compreendendo e defendendo a íntima ligação entre religiosidade e sentido de vida.

A Logoterapia sustenta, empiricamente, que a espiritualidade, multifacetada, possibilita a descoberta de um sentido para a vida. Sendo a espiritualidade uma autotranscendência que, por si mesma, remete-nos a descoberta de um para que viver. Isto posto implica que o que é relevante à Logoterapia é a qualidade espiritual e não propriamente a denominação religiosa.

A espiritualidade, enfatizamos, é promotora-descobridora de sentido. Uma constante busca individual-coletiva. Nessa perspectiva, a religiosidade e a espiritualidade contribuem na luta anímico-somática à descoberta de um sentido para a vida.

## REFERÊNCIAS

- Amatuzzi, M. M. (2005) *Psicologia e Espiritualidade*. São Paulo: Paulus.
- Aquino, T. A. A. *et al* (2009). Atitude Religiosa e Sentido da Vida: Um Estudo Correlacional. *Psicologia Ciência e Profissão*, 29, 228-243.
- Censo Demográfico e Contagem da População (IBGE), 2010. Disponível em: <<http://www.sidra.ibge.gov.br/bda/tabela/protabl.asp?c=2094&z=cd&o=24&i=P>>. Acesso em: 12 abril 2013.
- Dalgarrondo, P. (2008). *Religião, psicologia e saúde mental*. Porto Alegre: Artmed.
- Faria J. B., Seidl E. M. F. (2005). Religiosidade e Enfrentamento em contextos de Saúde e Doença: Revisão de Literatura. *Psicologia: Reflexão e Crítica*, 18, 381-389..
- Fizzotti, E. (1996). *Conquista da liberdade: Proposta da logoterapia de Viktor Frankl*. São Paulo:Paulinas.
- Frankl, V. E. (2007). *A presença ignorada de Deus*. 11. ed. Rio de Janeiro: Vozes.
- Frankl, V. E.. (2008). *Em busca de sentido: um psicólogo no campo de concentração*. 31. ed. Rio de Janeiro: Vozes.
- Júnior, A. R.; Motta, P. R (2011). *Psicologia, Religião e Espiritualidade: Considerações sobre natureza e o sentido existencial*. Revista Educação, 6, 88-105 .
- Kovács M. J. (2007). Espiritualidade e Psicologia - cuidados compartilhados: *O Mundo da Saúde*, 31, 246-255.

- Moreira, N.; Holanda, A. (2010). Logoterapia e o sentido do sofrimento: convergência nas dimensões espiritual e religiosa. *Psico-USF*, 15, 345-356.
- Panzini, R. G., Rocha, N. S., Bandeira, D. R., Fleck, M. P. A. (2007). Qualidade de vida e espiritualidade: Revisão da Literatura, *Revista de Psiquiatria Clínica*, 34, 105-115.
- Peres, M. F. P., Arantes, A. C. L. Q., Lessap, S., Caous C. A. (2007). A importância da integração da espiritualidade e da religiosidade no manejo da dor e dos cuidados paliativos. *Revista de Psiquiatria Clínica*, 34, 82-87.
- Pessini, L., A (2007). Espiritualidade interpretada pelas ciências e pela saúde: Artigo de revisão, *O mundo da saúde*, 31,187-195.
- Salvato, R. C. (2004) *Saúde e Religião, uma análise das perspectivas apresentadas pela Logoterapia*. Centro Universitário Bennett, Rio de Janeiro, 2004.
- Teixeira, E. F. B.; Müller, M. C.; Silva, J. D. T. (2004). *Espiritualidade e Qualidade de Vida*. Porto Alegre: EDIPUCRS.
- Xausa, I. A. M. (2012). *Viktor Emil Frankl entre nós: história da logoterapia no Brasil*. EDIPUCRS, Porto Alegre.

Enviado em 6/07/2013

Aceito em: 6/08/2013

## **SOBRE AS AUTORAS**

Jéssica Barbosa. Psicóloga clínica formada pela Universidade do Vale do Itajaí – UNIVALI. Itapema - SC

Fernanda Polidoro. Estudante de Psicologia pela UNIVALI, Cidade: Itajaí.