

# RELAÇÃO ENTRE RELIGIÃO, ESPIRITUALIDADE E SENTIDO DA VIDA

João Bernardino da Silva, *Universidade Federal da Paraíba*

Lorena Bandeira da Silva, *Universidade Estadual da Paraíba*

**Resumo.** Religião, espiritualidade e sentido da vida têm conceitos diferentes. Todos os conceitos de religião estão vinculados à manifestação de atos de culto, de ritos e de outras formas de expressão religiosa, enquanto a espiritualidade é compreendida como uma dimensão constitutiva humana, caracterizada pela intimidade do ser humano com algo maior. Já o sentido da vida consiste em uma realidade ontológica, e não uma criação cultural. Este artigo tem por objetivo discutir a relação entre religião, espiritualidade e sentido da vida (logoterapia), à luz da literatura. A discussão foi estruturada em três etapas, sendo a primeira a elucidação do conceito de religião, na perspectiva cultural; na segunda, expõe-se a espiritualidade e sua relação com a religião; e, na terceira, apontou-se o sentido da vida na visão de Viktor Frankl e sua interrelação com a religião/espiritualidade.

**Palavras-chave:** Religião; Espiritualidade; Sentido da vida.

**Abstract.** Religion, spirituality and the meaning of life have different meanings. All religious concepts are linked to expressions of cults, rituals and other forms of religious expressions; while spirituality is understood as a constitutive human dimension, characterized by the intimacy of the human being with something greater. Differently, the meaning of life consists of an ontological reality and not a cultural creation. This article aims to discuss the relation between religion, spirituality and the meaning of life (Logotherapy), in the light of literature. The discussion is structured in three steps, the first step is the elucidation of the concept of religion, through cultural perspective; secondly, it is exposed the spirituality and its relation with religion; and at last; it is pointed out the meaning of life, through the view of Viktor Frankl, and its relation with religion/spirituality.

**Keywords:** Religion; Spirituality; Meaning of Life.

## INTRODUÇÃO

A modernidade tem desnordeado conceitos ligados às normas sociais. Um dos fenômenos que marcam este século é o reencantamento do mundo, ou seja, a presença significativa da religião em toda parte (Teixeira, 2011). As teorias consagradas da secularização perdem força para a nova ressurgência religiosa, incertezas e inseguranças, se protegem no vigor da religião, trazendo ordem ao mundo social. O religioso aparece como resistência contra o terror da carência de significados, e a religião, por sua vez, é a ousada tentativa de conceber o universo como humanamente significativo. Diante de tal precariedade e limitação que envolve a situação humana, a religião funciona como um “dossel sagrado” – cobertura de proteção das imagens sacras – (Berger, 1985).

Todos os conceitos de religião estão vinculados à manifestação de atos de culto, de ritos e de outras formas de expressão religiosa. No “ensinamento/aprendizado”, que se transmite de geração em geração, através da família, da educação e do conhecimento, tem mais cultura que espiritualidade e mais expressão humana que elementos transcendentais. Isso mostra o empobrecimento da vida interior do homem moderno (Mazzarolo, 2011).

No entanto, a questão fundamental do ser humano não é compreender sua religião, mas a sua espiritualidade, apresentada como uma dimensão característica dos seres humanos, uma expressão que assinala a totalidade do ser enquanto sentido e vitalidade, conforme a dinâmica da vida. Esta é caracterizada pela intimidade do ser humano com algo maior. Está no santuário do ser, mesmo sem uma fórmula

explícita. Ela é o “gene da criação”, presente em cada criatura, quer tenha ou não uma religião. Viver a espiritualidade é a forma apaixonada de sentir o tempo é ser capaz de ver Deus, o mistério último, em toda parte. A espiritualidade permite uma visão mais ampla, mais aberta das coisas é a sutileza do transcendente (Mazzarollo; Teixeira, 2011).

Na verdade, a espiritualidade se expressa no amor incondicional e sem limites por aqueles que nos amam e também pelos que não nos amam. O amor é a força motora que nem sempre aparece, mas são visíveis seus resultados. Quando desenvolvemos a espiritualidade, aprofundamos e desenvolvemos nossa fé, a compreensão do cosmos e a sua dimensão existencial (Mazzarolo, 2011).

O homem, sempre procurou dar um sentido à sua vida e se aprofundar em sua existência. Um sintoma do nosso tempo é a frustração dessa necessidade. A falta de sentido e o sofrimento humano evidenciam o vazio existencial que muitos experimentam. Para esse mal, o médico psiquiatra Viktor Frankl (1905-1997) desenvolveu a terapia do sentido da vida, mais conhecida como Logoterapia e Análise Existencial, com a proposta do resgate daquilo que é especificamente humano na pessoa. Sua liberdade para além das circunstâncias, sua responsabilidade perante algo ou alguém e a autotranscendência, como ser dirigido para além de si e aberto para encontrar sentido em qualquer situação (Frankl, 1989).

Mas, o sentido não teria o menor poder curativo se fosse apenas uma esperança inventada. A mente não poderia encontrar dentro de si a solução para seus males, pela

simples razão de que o seu mal consiste em estar fechado dentro de si, sem abertura para o que o é externo. O sentido da vida enfatizado por Frankl é como uma realidade ontológica e não uma criação cultural. Em vez de criar um sentido a mente tem de submeter-se a ele. Uma vez encontrado, o sentido não tem de ser moldado pela mente, mas a mente pelo sentido (Frankl, 1994).

Este artigo tem como objetivo discutir a relação entre religião, espiritualidade e sentido da vida, por meio de uma revisão da literatura nas áreas mencionadas. Até meados do século XX, este trabalho seria inviável, por falta consensual de conceitos, de uma linguagem propícia a sua elucidação e sua compreensão por pessoas das mais diversas orientações religiosas.

O desenvolvimento das Ciências das Religiões e da Psicologia, bem como suas inter-relações tornou possível a elaboração de conceitos e análises desvinculadas de tradições religiosas específicas e de uma linguagem comum, responsável por tensas competições entre os vários grupos religiosos. Estes novos conceitos estão permitindo uma discussão mais ampla do debate, através do diálogo aberto a todos os segmentos, sejam eles religiosos ou não.

## RELIGIÃO

A arqueologia, a paleontologia, a antropologia, além de outros estudiosos do assunto, confirmam a presença da religião, nos indícios mais remotos de vida inteligente e tentam compreender o comportamento humano, a partir de vestígios da cultura pré-histórica. Tais descobertas levaram os estudiosos a associarem-na, com a explosão cultural da

passagem do paleolítico médio para o superior. Testemunham aspectos religiosos, como expressão central da vida social que se apresentava nas atividades cotidianas do povo, como na caça, na pesca, na colheita e em situações de extrema dificuldade, como na morte (Passos, 2006).

A religião assinala a atitude particular de uma consciência transformada pela experiência do *numinoso*, desenvolveu-se não só o espírito religioso, mas também o próprio “Homo Religiosus”, dotado de todos os valores que regem a vida. O homem primitivo, em sua estrutura psicológica, apresenta uma fé viva na natureza e em suas relações com o mundo. Na história evolutiva humana, se observam demonstrações de crenças, evidenciadas através de livros sagrados. Excelente patrimônio, que historiadores e outros especialistas contemporâneos tentam analisar e compreender.

O discurso do ser humano religioso e simbólico é traduzido da própria experiência e, coerente desde o paleolítico até nossos dias, como experiência espiritual da humanidade. Nesse contexto, a história evolutiva do homem é o predicado mais relevante, que o diferiu dos demais animais (Ries, 2012).

Como seres humanos, somos diversos historicamente, etnicamente, linguisticamente e religiosamente. Mas, no contexto religioso, a diversidade é profunda. Ela existe nas mais diversas formas de religião: entre aquelas com pontos em comum, nas expressões de uma mesma religião e em algoritmos histórico-geográficos de uma mesma fé. Em nenhum período da história humana, houve uma única religião, nem mesmo em atitudes de tolerância

religiosa, nunca os seres humanos foram unânimes (Silva, 2004).

Historicamente a humanidade foi criando uma linguagem simbólica para expressar a realidade acessada pela espiritualidade. Esses simbolismos são encontrados nas artes, na música, na liturgia, na oração e nas histórias míticas (Prado, 1999). Desconsiderar a importância da religião é preconceito; é negar o espírito de objetividade científica.

Segundo Eymard Vasconcelos (2011), uma das razões da ciência ter mergulhado profundamente no materialismo foi a fuga da superstição e os temores religiosos da idade média. Naturalmente a ciência, a partir do paradigma Newtoniano/Cartesiano, afastou-se radicalmente da religião, criando um fosso profundo na questão da espiritualidade humana. A divisão entre matéria e espírito é tão intensa, que, mesmo com a aproximação entre ciência e religião, há no seio da sociedade ocidental uma associação direta entre o materialismo, a ciência e tudo que diz respeito ao espírito, como sendo uma esfera de abordagem religiosa. Foi uma divisão difícil, mas necessária que superou o entrave da interferência da igreja católica no desenvolvimento do conhecimento.

Quando algum ramo da ciência ou algum cientista busca estudar o espírito, é questionado, inclusive por leigos, que se perguntam: será que isso é científico? Este paradigma ainda se encontra profundamente arraigado na nossa cultura, principalmente no meio acadêmico, nas associações profissionais de classe, na educação, na saúde, enfim, em todas as áreas do conhecimento humano. A abertura da

comunidade científica na atualidade tem evoluído consideravelmente na direção do espiritual, por tratar-se de uma necessidade humana (Vasconcelos, 2011).

Eliade (1999) faz um comparativo descritivo das religiões em todas as culturas, tendo como foco, a busca de um legado das sociedades arcaicas, ou contemporâneas, onde as ações dos seres se inspiram em atos dos Deuses, dos heróis e nas suas relações entre o ser humano e a natureza. Nas sociedades primitivas, mediante a sacralização dos espaços e objetos, o homem encontrava bases de uma existência autêntica nas religiões.

Na fenomenologia da religião, Eliade faz uma análise dos elementos comuns do universo e de todas as religiões, numa relação significativa, entre os valores de um povo e a forma como esses valores se organizam. O homem toma conhecimento do sagrado, porque este se manifesta e se mostra diferente do profano. O mito remete ao tempo e espaço, ao paradigma do sagrado, enquanto qualquer outra percepção da realidade histórica recai na existência do profano (Gasbarro, 2013).

A obra “O Sagrado e o Profano”, proporciona o entendimento das mitologias e dos mitos, criados pelas tribos e civilizações antigas, impossibilita uma melhor explicação sobre o sentido, o mundo, a vida e a morte. Em qualquer cultura, a religião provê significados para que os sujeitos possam individualmente interpretar suas experiências e organizar sua conduta.

“O Sagrado”, de Rudolf Otto (1985), teólogo alemão contemporâneo de Eliade, à

frente das tradições religiosas do seu tempo, percebeu haver em todas as religiões elementos que se assemelham e denominou-os racionais e irracionais, em sua obra. Dentro do universo religioso, estas energias direcionam o ser humano à vida religiosa e ao amor pelo sagrado. Esta questão é melhor explicada na Bíblia Sagrada, no Novo Testamento, em que Deus é o Senhor dos céus – *numinoso/irracional*, mas também é pai – *numinoso/racional*. Portanto, segundo os preceitos religiosos cristãos, o irracional e o racional estão em equilíbrio, num processo evolutivo onde não há apropriação de um pelo outro, mas sim a substituição ou adequação de um ao outro. Termos, como gratidão, confiança, segurança, amor e submissão são, na experiência religiosa, sentimentos intensos. Mas a experiência do *numinoso* é diferente de qualquer outro sentimento de dependência. É algo que transcende a realidade. Na visão de Otto, o não-racional é o sentimento de ser criatura, de experimentar algo que está fora do homem e do seu alcance, mas que ao mesmo tempo, está dentro dele e o atrai (Otto, 1985).

Assim, se evidencia o conceito de espiritualidade como a experiência do contato com a dimensão que vai além das realidades normais da vida humana. Esta, então, seria a arte e o saber de tornar o viver orientado e impregnado pela vivência da transcendência, onde o entendimento de transcendência é difundido por muitas tradições religiosas, filosóficas e muitas vezes confundido com algo fora da realidade concreta. Algo divino, tremendo, fora do mundo material (Boff, 2001).

Há certa dificuldade, quando se procura definir religião. Alguns autores em suas

peculiaridades procuram palavras diversas que possam se amoldar ao termo, e conseguem. Mas de forma não tão abrangente.

Religião pode ser definida como um sistema de crenças e práticas observados por uma comunidade, apoiado por rituais que reconhecem, idolatram, comunicam-se com, ou aproximam-se do Sagrado, do Divino, de Deus (em culturas ocidentais), ou da Verdade Absoluta da Realidade, ou do nirvana (em culturas orientais). A religião normalmente se baseia em um conjunto de escrituras ou ensinamentos que descrevem o significado e o propósito do mundo, o lugar do indivíduo nele, as responsabilidades dos indivíduos uns com os outros e a natureza da vida após a morte. (Koenig, 2012. p11).

As religiões se baseiam em crenças que cultuam um ente (ser) superior, responsável pela revelação, pela compreensão e tem como característica universal, a aceitação do sagrado nas experiências vivenciais subjetivas. A religião é representada por um conjunto de símbolos, que anunciam o Divino, o Sagrado, ao incorporar elementos antropomórficos, ainda que os atributos Divinos coincidam com as propriedades humanas (Coelho; Mahfoud, 2001; Frankl & Lapide, 2005; Aquino, 2013).

A religião mostra toda sua força quando sustenta os valores sociais que repousam na capacidade de seus símbolos, e esta simbologia, encontra-se presente em cada religião, como forma de representação do Sagrado. Nasser (2006. pp. 14-15) afirma que:

O ser humano deve ser compreendido como animal simbólico, capaz de criar a linguagem, os mitos, a arte e a religião, por meio dos símbolos. Estes fazem parte do

mundo humano do sentido (significado e direção). São designadores, nomeiam e, possuem versatilidade e mobilidade, pois podem mudar no tempo e no espaço. Ser um 'animal simbólico', significa ter a capacidade de representar o que não está presente.

Para entender as religiões e o fenômeno religioso é necessário compreender a própria humanidade e seu desenvolvimento histórico, através de uma conexão entre espiritualidade, religião e cultura, em cada comunidade. Independentemente de qualquer acontecimento, o grito por um sentido se faz presente em todos os povos, em todas as épocas. Por um lado, a religião, nos leva a aprender com as experiências de nossa comunidade; por outro, a espiritualidade nos estimula a saborear nossas experiências. Enquanto a religião é mais cognitiva, a espiritualidade é mais emocional. É imperativo apreender que sempre haverá uma relação entre os termos religião e espiritualidade, sem que esses conceitos apresentem as mesmas características.

## ESPIRITUALIDADE

Diferentemente do significado de religião, a espiritualidade pode ser definida como um sistema de crenças que engloba elementos subjetivos, que transmitem vitalidade e significado a eventos da vida; está inserida na humanidade desde antes da sua criação e, pode mobilizar energias e iniciativas extremamente positivas e potenciais na busca de um sentido, influenciando na qualidade de vida. Uma das formas de prática da espiritualidade está na religião, embora não seja a única. Praticar a espiritualidade é um exercício diário e permanente, que consiste basicamente na busca

pelo contato com sua essência e na procura pela conexão entre esse eu interior e o universo em que se está inserido (Saad; Masiero; Battistela, 2001).

A espiritualidade, em sua abordagem, procura facilitar a compreensão do diálogo apresentado nas diversas formas vivenciais da sociedade, a partir da perspectiva da fé religiosa, alcançando até os ateus mais convictos. O debate do tema, geralmente encontra dificuldades no meio acadêmico, pela forma apaixonada com que muitas vezes é tratado. O termo espiritualidade vem do latim *spiritus* ou *spirituali*, significa sopro, respiração, ar ou vento, e nela se reflete a busca de significados, de conceitos que transcendem o visível, num sentido de conexão com algo maior que si próprio, incluindo ou não a participação religiosa (Guimarães; Avezum, 2007).

Tem-se por espiritualidade o conjunto de todas as emoções e convicções de natureza não material, com a suposição de que há mais no viver do que pode ser percebido ou plenamente compreendido, remetendo a questões como o significado e sentido da vida, não se limitando a qualquer tipo específico de crença ou prática religiosa (WHOQOL Group, 1998).

Enquanto para muitas pessoas espiritualidade é tanto a fonte como o produto da fé, para outras tantas é algo diferente. Veem a espiritualidade como ocultismo, curandeirismo e charlatanismo. Isso traz a mente reencarnação, telepatia, cartas de tarô. Para outras ainda, a espiritualidade é narcisismo dissimulado e uma imposição *new age* de busca da felicidade.

A espiritualidade como ciência é a atividade cerebral inata partilhada por todos os homens; é a emoção positiva. Segundo “Richard Davidson”, neuropsicólogo da Universidade de Winsconsin, o córtex frontal direito é biologicamente mais ativo que o esquerdo em pessoas introvertidas. Em pessoas extrovertidas, ocorre justamente o contrário. Ao estudar a atividade cerebral de um monge tibetano com décadas de meditação, Davidson descobriu que a atividade no córtex frontal esquerdo do monge era mais intensa do que no de qualquer um dos 175 ocidentais por ele examinados. Conclui-se com esse estudo que a espiritualidade tem bases biológicas e à medida do avanço da seleção natural (baseada na etologia e neurociência), os seres humanos podem se tornar ainda mais espiritualizados (Vaillant, 2010).

Para Vaillant (2010), a espiritualidade não tem raízes em ideias, textos sacros e teologia. Em vez disso, ela compreende emoções positivas e elos sociais, e o amor é a definição mais curta de espiritualidade. Tanto o amor quanto a espiritualidade são resultados de sentimentos conscientes, como: respeito, apreço, aceitação, simpatia, compaixão, envolvimento, ternura e gratidão. Ele afirma que (2010. pp. 5-6):

A espiritualidade é como o amálgama de emoções positivas que nos une aos outros seres humanos e à nossa experiência com o divino, como quer que o concebamos, ela tem uma profunda base psicobiológica, uma realidade arraigada nas emoções humanas positivas que precisa ser mais bem compreendida. Amor, esperança, alegria, perdão, compaixão, fé, reverência e gratidão, são as emoções positivas espiritualmente importantes.

A espiritualidade é ampla e pessoal, está voltada para um conjunto de valores íntimos, como completude interior, harmonia, relações interpessoais, estímulos aos interesses mútuos que dão sentido à vida. É evidente que a espiritualidade é uma construção dual, formada por fé e sentido, onde o elemento fé está associado à religião e às crenças religiosas. Em contrapartida, o componente sentido é um conceito mais universal que pode ser encontrado tanto em pessoas que seguem uma determinada religião, como naquelas que não têm nenhuma referência religiosa (Breitbart, 2003).

A espiritualidade é universal, ocupa todo nosso ser, toda nossa essência. É uma presença íntima, constante; é parte da nossa vida. Alguns seres humanos são mais espirituais e outros, menos; mas, na verdade, somos todos espirituais e espiritualizados. A espiritualidade está sempre presente no nosso cotidiano, no trabalho, na saúde, na educação, no lazer, na religião, na intimidade de cada um, entre agnósticos e ateus, no deitar, no levantar, enfim, em todos os tempos e momentos da nossa existência.

Uma das áreas mais complexas ao exercício da espiritualidade é a saúde, mas a intensidade de pesquisas envolvendo esse campo tem modificado tal premissa. Inúmeros estudos científicos têm comprovado a eficiência da espiritualidade na recuperação de pacientes. Há uma luz no fim do túnel, a dificuldade está se dissipando e, por conta disso, a espiritualidade exercida hoje pelos profissionais de saúde e seus pacientes apresentam índices favoráveis no enfrentamento de qualquer enfermidade. É alentador saber que os profissionais de saúde têm descoberto de forma gradativa a importância da prece, da fé, da participação

religiosa na melhoria da saúde física e mental (Vasconcelos, 2011).

## SENTIDO DA VIDA

Nos escritos de Viktor Frankl, fundador da Logoterapia, abordagem psicológica baseada na busca pelo sentido da vida, encontramos relação entre as temáticas da espiritualidade, religião e o sentido da vida. Destarte, religião/espiritualidade seria uma forma de encontrar sentido para a vida, muito embora, esse não seja o único caminho. A compreensão dos fundamentos dessa nova ciência e sua relevância torna-se mais enfática e essencial. O binômio religião/espiritualidade contribuiria para a descoberta do sentido da vida, baseado na concepção de dimensão noética, proposta por Frankl (2007)

A Logoterapia parte de uma proposta fenomenológica existencial de psicoterapia, focando temas como o sentido da vida, a liberdade, responsabilidade e valores, percebendo-os como fenômenos autênticos e específicos do ser humano que resulta da sede do homem que procura configurar uma vida de significados (Aquino, 2013).

Dentre as contribuições do autor, encontramos a conscientização da importância da dimensão espiritual da experiência humana, e o componente central do sentido como força motriz ou instinto da psicologia humana. A Logoterapia tem por base a busca do paciente por um significado de sua existência, a partir de seu caráter de ser único e irrepetível, vendo sua vida num caráter de missão. O “logos”, em grego, significa sentido e “terapia” significa cuidar. Portanto, o significado de Logoterapia é

“cuidar do sentido” e esta é a principal força motivadora no homem (Frankl, 1989).

As projeções das dimensões biológicas, psicológicas e sociais, são expressas na dimensão espiritual que se totaliza na nossa existência. Esta dimensão também é chamada de “no ética” ou “noológica”. É nessa dimensão e apenas nela que o indivíduo pode sair de suas condicionalidades, visualizando o seu sentido. Cada pessoa busca uma motivação que dê sentido a sua vida e essa busca não é apreendida, condicionada e nem objeto de sua consciência. Portanto, a Logoterapia é a mola impulsora da existência humana e que dá sentido para cada indivíduo, devendo ser vivida apenas por ele (Frankl, 1991).

Para Frankl (1995), a religiosidade expressa na fé leva a duas ações: ou ela é incondicional, ou condicional. Se incondicional, ela se fortalece na catástrofe. Se não, se extingue. É como o fogo: se pequeno, a tempestade apaga; mas o fogo grande é atizado por ela. Essa foi a maneira de Frankl falar sobre a fé no campo de concentração, ao constatar a manifestação religiosa entre os prisioneiros e também um fortalecimento da crença no transcendente após a guerra:

O que se requer da pessoa, não é aquilo que alguns filósofos existenciais ensinam, ou seja, suportar a falta de sentido da vida; o que se propõe é, antes, suportar a incapacidade de compreender em termos racionais, o fato de que a vida tem um sentido incondicional. O logos é mais profundo do que a lógica (Frankl, 1994, p.105).

Historicamente, sua experiência passada em quatro campos de concentração durante a segunda guerra mundial não tirou de Frankl a vontade de viver, de servir e amar, conduzindo-o ao entendimento da preservação do seu sentido, mesmo em situações difíceis, inclusive diante da morte. Milhões de pessoas passaram por essa experiência, mas ele não emergiu dela carregado de rancor ou amargura. Saiu do inferno de Theresienstadt, levando consigo a mais bela mensagem de esperança que a ciência da alma deu aos homens deste século.

Frankl observou, quanto à preservação e manutenção da vida de todos os prisioneiros, que os que melhor conservavam o autodomínio e a sanidade eram aqueles que tinham um forte senso de dever, de missão e de obrigação para com a fé religiosa, que era um sentimento profundo entre os prisioneiros dos campos de concentração, os quais recorriam às orações, preces, imprecações e cultos improvisados em locais e horários impensáveis e improváveis. Guardar e proferir as palavras de conforto da Torá servia de alento para a dor física, o cansaço, a fome, a incerteza e a angústia.

A busca pelo sentido da vida, na concepção de Frankl, também tem uma relação importante com os valores do sujeito, sendo a partir deles que o sujeito direciona sua vontade de sentido numa busca por momentos de significação. Frankl categoriza tais valores em criativos, vivenciais e atitudinais. Para a Logoterapia a vivência dos valores é importante para a plena expressão da dimensão noética, evidenciando, assim, a relação entre valores e a espiritualidade.

Entrou no campo de concentração com o firme propósito de conservação da integridade da sua alma e a não deixar que seu espírito fosse abatido pelos carrascos do seu corpo. Determinado, vivenciou a concepção teórica do sentido da vida como o real valor de sobrevivência frente ao sofrimento inevitável. Questionou-se sobre o sentido de seu próprio sofrimento e de sua própria vida, depois de perder a família, os manuscritos de seu livro e de ter sido acometido de febre tifoide:

Mais tarde, quando a minha própria morte me parecia já inevitável, eu me perguntei de que valeria minha vida. Eu não tinha filhos. Nem mesmo um “filho espiritual”, como o manuscrito. Mas após combater meu desespero por horas, em meio a tremores de febre tifoide, eu me perguntei, afinal, que sentido seria esse que dependia da impressão ou não de um manuscrito meu. Se assim o fosse, eu não daria a mínima para ele. Mas, se de fato há sentido para a vida, esse sentido é incondicional e nem mesmo a morte ou o sofrimento podem retirar sua validade (Frankl, 2011. pp. 192-193).

Para Frankl (1995), a religiosidade, evidenciada na fé, leva a duas ações: ou ela é incondicional, ou condicional. Se incondicional, ela se fortalece, torna-se inabalável na catástrofe. Se não for autêntica, se extingue. Com relação à religião, aponta-se sua tolerância, sua religiosidade cultural e sua fidelidade. Para Frankl, o sentido da vida era o segredo da força de alguns homens, enquanto outros, privados de uma razão para suportar o sofrimento exterior, eram açoitados desde seu interior por um tirano ainda mais desleal que Hitler – o sentimento de viver uma futilidade absurda. Frankl tinha três

razões para viver: sua fé, sua vocação e a esperança de reencontrar a esposa.

O pressuposto do sentido da vida é compreender o ser humano como um ser espiritual que não é tocado pelas neuroses ou psicoses, e flui nele o livre-arbítrio, o poder pessoal de decidir os rumos da sua vida. As pessoas podem encontrar e cumprir um sentido em suas vidas, independente de sexo, idade, QI ou formação educacional, ou de caráter. Isso independe do fato da pessoa ser ou não religiosa e, se ela for; independe também, da igreja a qual ela pertença (Frankl, 1991).

A essência da logoterapia é acolher a consciência, que é parte do sistema espiritual transcendental, e esse acolhimento independe de conceitos sociais. Portanto, a consciência é o instrumento que conduz o homem, fazendo dele um ser que só encontra sentido para sua vida na transcendência de si mesmo, em direção ao próximo, amando e servindo ao outro. Deste modo, os fundamentos da terapia do sentido da vida têm relação intrínseca com a teologia e a filosofia. Podemos, com isso, nos erguer das dificuldades, das enfermidades, do vício, da tristeza, do vazio e dos golpes do destino, se pudermos ver sentido em nossa existência. (Carvalho, 1997).

## CONSIDERAÇÕES FINAIS

Valores como amor, esperança, alegria, perdão e compaixão são o combustível da espiritualidade. Ela reside em nós, na nossa vida, no nosso mundo e em nosso senso de humanidade, de amizade e de família. A espiritualidade pode ser encontrada e contemplada em qualquer ação social humana,

ela é inerente ao homem, está arraigada nele desde a sua introdução na humanidade.

Espiritualidade e religião se complementam, mas não se confundem – há um grau hierárquico que distingue os termos. A espiritualidade é uma vivência nata do homem, enquanto a religião é uma instituição humana. Desde que o homem irrompeu na natureza, com ele chegou a espiritualidade que é seu dom maior. A religião por sua vez é bem mais jovem, tem aproximadamente 8 mil anos. Isso leva a argumentar que provavelmente, a espiritualidade seria a porta de entrada das religiões.

Para encarar a vida de maneira positiva é preciso ter a consciência de que o homem é um ser espiritual, que tem ou não uma religião, que busca um sentido para sua vida e tem a capacidade de encontrá-lo. Podemos, com isso, nos livrar das dificuldades, das enfermidades, dos vícios, da tristeza, do vazio e dos golpes do destino quando houver sentido em nossa existência.

O bem-estar espiritual vem sendo considerado como mais uma dimensão da condição de saúde humana, de acordo com as grandezas corporais, psíquicas, sociais, e tem como instrumentos de mensuração um componente vertical religioso (bem-estar em relação a Deus) e um componente horizontal existencial (sentido de propósito e satisfação de vida), este último não se refere a conteúdos especificamente religiosos. Assim, o fortalecimento do bem-estar espiritual pode auxiliar significativamente na redução da angústia relacionada a doenças, bem como na promoção da saúde mental.

Isso leva à revisão de conceitos, quando procuramos compreender as relações existentes entre a espiritualidade, a religião e a ciência. A ciência, por sua vez, deve oferecer à religião subsídios para o estreitamento da relação entre a espiritualidade e a religiosidade, explicando sobre seu próprio universo psíquico e apresentando ao ser humano e ao mundo, uma alternativa diante da angústia existencial.

O homem pode, através da contemplação amorosa da imagem de sua bem-amada, encontrar a plenitude. Viktor Frankl transformou essa descoberta num conceito científico: o de doenças noogênicas (proveniente do espírito). Além das causas somáticas e psíquicas do sofrimento humano, era preciso reconhecer um sofrimento de origem propriamente espiritual, nascido da experiência do absurdo, da perda do sentido da vida.

A vida só é realmente vivida quando apresenta uma vontade, uma direção, um objetivo, um sentido. "O homem pode suportar

tudo, menos a falta de sentido." As reflexões de uma vivência possibilitaram o nascimento de um dos mais impressionantes sistemas de terapia criados no século XX, a consciência de que a vida tem sentido.

Os conceitos de religião e espiritualidade são tão amplos que aparentemente não cabem em nossa mente; tanto que a religião é uma expressão da espiritualidade, da mesma forma que o sentido da vida é também uma expressão da espiritualidade, e se permite uma visão mais ampla, mais aberta das coisas. É inútil buscar provas teóricas da espiritualidade na religião e no sentido da vida, elas são variáveis intrínsecas de uma necessidade incondicional do ser humano, denominada "amor".

Se Viktor Frankl pode ver o que outros não viram, foi porque permaneceu fiel à liberdade interior que é a velha mensagem do Sentido em busca do homem: "SE ME ACEITAS, Israel, Eu sou o Teu Deus."

## REFERÊNCIAS

- Aquino, T.A.A. (2013) *Logoterapia e análise existencial: uma introdução ao pensamento de Victor Frankl*, São Paulo: Paulus.
- Berger, P. (1985) *O dossel sagrado, elementos para uma teoria sociológica da religião*. São Paulo: Paulinas.
- Boff, L. (2001) *Espiritualidade: um caminho de transformação*. Rio de Janeiro: Sextante.
- Breitbart, W. (2003) *Espiritualidade e sentido nos cuidados paliativos*. O Mundo da Saúde; 27 (1): p. 45-57.
- Carvalho, O. (1997) *A mensagem de Viktor Frankl* – Revista Bravo.
- Coelho, A. G; Mahfoud, M. (2001) As dimensões espiritual e religiosa da experiência humana: distinções e inter-relações na obra de Victor Frankl. *Psicologia*, USP 12 (2): 95-103. Recuperado em 21/09/2005. <http://www.scielo.php?script=sci>.
- Eliade, M. (1999) *O sagrado e o profano: a essência das religiões*. São Paulo: Martins Fontes.

- Frankl, V. E. (1989) *Um sentido para a vida: psicoterapia e humanismo*. Tradução, Victor Hugo S. Lapenta, Aparecida, São Paulo: Editora Santuário.
- Frankl, V. E. (1991) *A psicoterapia na prática*. São Paulo: Papyrus, 1991.
- Frankl, V. E. (1994) *Em busca de sentido: um psicólogo no campo de concentração*. São Leopoldo: Sinodal; Petrópolis: Vozes.
- Frankl, V. E. (1995) *Logoterapia e análise existencial: textos de cinco décadas*. Campinas: Editora Psy.
- Frankl, V. E. (2007). *A presença não ignorada de Deus*. São Leopoldo: Sinodal; Petrópolis: Vozes.
- Frankl, V. E. (2011). *A vontade de sentido: fundamentos e aplicações da logoterapia*. São Paulo: Paulus.
- Frankl, V. E.; Lapide, P. (2005) *Búsqueda de Dios y sentido de la vida: diálogo entre un teólogo y un psicólogo*. Barcelona: Herder.
- Guimarães H. P; Avezum, A. (2007) O impacto da espiritualidade na saúde física. *Revista de psiquiatria clínica*, v. 34, supl. 1, p. 88-94. Recuperado em: <http://www.scielo.br/pdf/rpc/v34s1/a12v34s1.pdf>.
- Gasbarro, N. M. (2013) Fenomenologia da religião: Mircea Eliade e a generalização da fenomenologia da religião. In Passos, J.D; Usarski, F. *Compêndio de ciência da religião*. Paulinas; Paulus: São Paulo.
- Koenig, H. G. (2012) *Medicina, religião e saúde: o encontro da ciência e da espiritualidade* (tradução: Iuri Abreu). Porto Alegre, RS: L&PM.
- Marques, L.(2001) *A saúde e o bem-estar espiritual em adultos porto-alegrenses* [tese de doutorado]. Porto Alegre: Pontifícia Universidade Católica do Rio Grande do Sul, 2001.
- Mazzarolo, I. (2011) Religião ou espiritualidade. *Revista Brasileira de História das religiões*. Maringá- PR: v.III, n.9, jan.
- Nasser, M.C.C. (2006) *O uso de símbolos: sugestões para sala de aula*. São Paulo: Paulinas.
- Otto, R. (1985) *O sagrado: um estudo do elemento não/racional na ideia do divino e a sua relação com o racional*. São Bernardo do Campo: Imprensa Metodista.
- Passos, J. D. (2006) *Como a religião se organiza: tipos e processos*, São Paulo: Paulinas.
- Prado, A. (1999) Arte como experiência religiosa. In, Marina, M. & Mahfoud, M. (orgs.). *Diante do mistério: psicologia e senso religioso*. São Paulo: Loyola, pp. 17-31.
- Ries, J. (2012) *O homem é desde sua origem um homem religioso*. Recuperado em: [www.ihu.unisinos.br/noticias/505568](http://www.ihu.unisinos.br/noticias/505568).
- Silva, E. M. (2004) Religião diversidade e valores culturais: conceitos teóricos e a educação para a cidadania. *REVER (revista de estudos da religião)*, nº 2, pp 1-14. ISSN 1677-1222. Recuperado em: [www.pucsp.br/rever/rv2\\_2004/p\\_silva.pdf](http://www.pucsp.br/rever/rv2_2004/p_silva.pdf)
- Saad, M; Masiero, D; Battistella, L. R. (2001) Espiritualidade baseada em evidências. *Acta Fisiatrica*, v. 8, n. 3, p. 107-112.
- Teixeira, F. (2011) Religião e busca de significado. In: Vasconcelos, E. M. *A espiritualidade no trabalho em saúde*, 2ª edição. Hucitec: São Paulo.

Teixeira, F. (2011) Os caminhos da espiritualidade: um olhar com base nas tradições místicas. In: Vasconcelos, E. M. (2011) *A espiritualidade no trabalho em saúde*, 2ª edição. Hucitec: São Paulo.

WHOQOL Group, (1998). Instrumento de avaliação de qualidade de vida da Organização Mundial da Saúde (WHOQOL-100): USP. *Revista de Saúde pública*. Vol,33 nº2. (p. 198-205).

Vaillant, G.E. (2010) *Fé: evidências científicas* (tradução: Isabel Alves). Barueri, SP: Manole.

Enviado em: 02/09/2014

Aceito em: 04/11/2014

## SOBRE OS AUTORES

**João Bernardino da Silva.** Graduado em Ciências das Religiões pela Universidade Federal da Paraíba e mestrando no programa de Pós Graduação em Ciências das Religiões da UFPB.

**Lorena Bandeira da Silva.** Graduada em Psicologia pela Universidade Estadual da Paraíba. Mestranda em Ciências das Religiões pela Universidade Federal da Paraíba. Professora substituta da Universidade Estadual da Paraíba. Membro do grupo de pesquisa Nous: Espiritualidade e Sentido e Deja vu: artes, sonhos e imagens. Vice-Coordenadora do Núcleo Viktor Frankl de Logoterapia da UEPB.