



UNIVERSIDADE FEDERAL DA PARAÍBA - UFPB
PROGRAMA DE PÓS-GRADUAÇÃO EM CIÊNCIAS DAS RELIGIÕES – PPGCR
MESTRADO EM CIÊNCIAS DAS RELIGIÕES

MONIQUE SUELEN GABRIEL DA SILVA

ATITUDE PERANTE O SOFRIMENTO E A PERCEPÇÃO DO
SENTIDO DA VIDA: UM ESTUDO ENTRE CATÓLICOS,
EVANGÉLICOS E PRATICANTES DO BUDISMO

JOÃO PESSOA

2014

MONIQUE SUELEN GABRIEL DA SILVA

**ATITUDE PERANTE O SOFRIMENTO E A PERCEPÇÃO DO
SENTIDO DA VIDA: UM ESTUDO ENTRE CATÓLICOS,
EVANGÉLICOS E PRATICANTES DO BUDISMO**

Dissertação apresentada ao Programa de Pós-Graduação em Ciências das Religiões – PPGCR da Universidade Federal da Paraíba - UFPB, como requisito à obtenção do título de Mestre em Ciências das Religiões. Orientador: Prof. Dr. Thiago Antônio Avellar Aquino.

JOÃO PESSOA

2014

S586a Silva, Monique Suelen Gabriel da.

Atitude perante o sofrimento e a percepção do sentido da vida: um estudo entre católicos, evangélicos e praticantes do budismo / Monique Suelen Gabriel da Silva.- João Pessoa, 2014.

81f.

Orientador: Thiago Antônio Avellar Aquino

Dissertação (Mestrado) – UFPB/CE

1. Ciências das religiões. 2. Religiosidade. 3. Sentido da vida. 4. Sofrimento.

UFPB/BC

CDU: 279.224(043)

Dedico as minhas amadas e guerreiras avós:

Leonila Maria da Silva (In Memoriam) e

Laura Ferreira da Silva (In Memoriam).

AGRADECIMENTOS

Agradeço a Deus pelo dom da vida, por ter me presenteado com pais maravilhosos (João Gabriel da Silva Filho e Maria de Lourdes Gabriel da Silva), extremamente presentes em minha vida, em minhas escolhas e conquistas.

Pela possibilidade de conhecer pessoas tão queridas e significantes, que sem dúvida contribuíram para a construção deste trabalho.

Aos amigos: Danielly Roque, Luana Amaro e Ramon Fonseca por todos os momentos, angústias, segredos e sorrisos compartilhados.

Aos amigos: Luana Amaro, Ruth Marinho, Felix Maranganha e Élide Satti pelo apoio e grande ajuda na aplicação da pesquisa.

Aos amigos Tiago Deividy e Ana Ouro pela grande contribuição na análise dos dados no SPSS.

Ao professor Thiago Aquino, pela sua atenção e confiança.

Aos componentes do grupo Nous – Espiritualidade e Sentido, por todo o aprendizado.

Ao nobre autor Viktor Frankl, que fez de sua vida uma lição para toda a humanidade. Sua obra é contagiante, através dela, compreende-se grandes possibilidades mesmo em meio ao sofrimento inevitável.

À banca examinadora.

E a todos que direta ou indiretamente contribuíram para a realização desta conquista.

“Quando um homem descobre que seu destino é sofrer, tem que ver neste sofrimento uma tarefa sua e única. Mesmo diante do sofrimento, a pessoa precisa conquistar a consciência de que ela é única e exclusiva em todo o cosmo-centro deste destino sofrido. Ninguém pode assumir dela isso, e ninguém pode substituir a pessoa no sofrimento. Mas na maneira como ela própria suporta este sofrimento está também a possibilidade de uma vitória única e singular”.

(Viktor Frankl)

RESUMO

SILVA, M. S. G. **Atitude perante o sofrimento e a percepção do sentido da vida: um estudo entre católicos, evangélicos e praticantes do budismo.** Orientador: Thiago Antônio Avellar Aquino. João Pessoa – PB: UFPB, 2014. 81 f. Dissertação (Trabalho de Conclusão do Mestrado em Ciências das Religiões).

O sofrimento é uma condição humana que está vinculada a busca de significados. Nessa perspectiva, as religiões apresentam, de forma geral, uma cosmovisão que abrange tanto o sentido da vida quanto o sentido do sofrimento. Neste sentido, a presente dissertação teve como objetivos principais construir e validar um instrumento sobre Atitude Perante o Sofrimento e averiguar as relações entre a atitude perante o sofrimento, a percepção do sentido da vida em função de três grupos religiosos: budistas, católicos e evangélicos. Para tanto, foram realizados dois estudos, o estudo 1, foi constituído por 319 participantes de ambos os sexos e com a média de idade de 27,07 anos. Como instrumentos para coleta de dados foi construído o Questionário de Atitude Perante o Sofrimento (QAPS) e um Questionário Sócio-demográfico. Procedeu-se uma Análise fatorial dos eixos principais com rotação varimax, os resultados dessa extração sugerem a presença de dois fatores: atitude positiva perante o sofrimento e atitude negativa perante o sofrimento, com Alpha de Cronbach, respectivamente, 0,84 e 0,64. O estudo 2, foi composto por 113 participantes de ambos os sexos, sendo 53 Praticantes do Budismo e 60 Cristãos (30 Católicos e 30 Evangélicos), com idade média de 37,3 anos. Além das escalas utilizadas no estudo 1, foi acrescentado o Questionário Sobre o Sentido da Vida (QSV). Foi constatada uma associação entre a presença de sentido e a Atitude Positiva Perante o Sofrimento ($r = 0,21$; $p < 0,03$) e uma correlação negativa entre a busca e a realização de sentido ($r = 0,34$, $p < 0,0001$). No que se refere a atitude positiva perante o sofrimento verificou-se que as médias entre os Católicos, os Evangélicos e os Praticantes do Budismo diferenciam entre si, com relação à Atitude Negativa, nenhuma diferença significativa foi verificada entre as médias dos grupos estudados. Esses resultados são discutidos à luz da análise existencial de Viktor Frankl.

Palavras-chave: Sofrimento. Sentido da Vida. Religiosidade.

ABSTRACT

SILVA, M. S. G. **Attitude towards the suffering and the perception of the meaning of life: a study among Catholics, evangelicals and practitioners of Buddhism.** Advisor: Thiago Antony Avellar Aquino. João Pessoa - PB: UFPB, 2014 81 f. Dissertation (Work Completion of the Master of Science of Religions).

Suffering is a human condition that is linked to the search for meaning. From this perspective, religions have, in general, a worldview that encompasses both the meaning of life and the meaning of suffering. In this sense, the present work had as main objective to construct and validate an instrument on Attitude Towards Suffering and ascertain the relationship between the attitude towards the suffering and the perception of the meaning of life according to three religious groups: Buddhists, Catholics and Evangelicals. For this purpose, we conducted two studies. The study 1 was composed of 319 participants of both sexes with a mean age of 27.07 years. As instruments for data collection was built Questionnaire Attitude Towards Suffering (QATS) and a Socio-demographic Questionnaire. We carried out a factor analysis of the principal axes with varimax rotation, the results of this extraction suggest the presence of two factors: positive attitude towards suffering and negative attitude towards the suffering, with Cronbach's Alpha, respectively, 0.84 and 0.64. Study 2 was composed of 113 participants of both sexes, with 53 practitioners of Buddhism and 60 Christians (30 Catholics and Evangelicals 30), with an average of 37.3 years. In addition to the scales used in study 1, was added Meaning in Life Questionnaire Meaning in Life Questionnaire (MLQ). An association between the presence of Sense and Positive Attitude Towards Suffering ($r = 0.21$, $p < 0.03$) was observed and a negative correlation between the search for meaning and fulfillment ($r = -0.34$, $p < 0.0001$). Regarding the positive attitude towards the suffering it was found that the average among Catholics, Evangelicals and practitioners of Buddhism differ from each other with respect to Negative Attitude, neither significant difference was observed between the means of the groups studied. These results are discussed in light of the existential analysis of Viktor Frankl.

Keywords: Suffering. Meaning of Life. religiosity

LISTA DE TABELAS

Tabela 1: Análise Fatorial dos Eixos Principais do Questionário sobre Atitude Perante o Sofrimento (QAPS).....	60
Tabela 2: Médias e Desvios Padrões das Atitudes Positiva e Negativa Perante o Sofrimento em Função da Auto Atribuição Religiosa.....	64
Tabela 3: Médias e Desvios Padrões do Sentido da Vida em Função da Auto Atribuição Religiosa.....	65

SUMÁRIO

1 INTRODUÇÃO	11
2 RELIGIÃO, RELIGIOSIDADE E ESPIRITUALIDADE	13
2.1 O SOFRIMENTO SOB AS ÓTICAS DO CRISTIANISMO E DO BUDISMO	17
2.1.1 Cristianismo	17
2.1.4 Budismo	23
3 A LOGOTERAPIA E ANÁLISE EXISTENCIAL	29
3.1 OS CONCEITOS PRINCIPAIS	30
3.1.1 A vontade de sentido	31
3.1.2 Frustração existencial	33
3.1.3 Neuroses noogênicas	33
3.1.4 Noodinâmica	34
3.1.5 O vazio existencial	34
3.2 O SOFRIMENTO NOS CAMPOS DE CONCENTRAÇÃO SEGUNDO VIKTOR FRANKL	35
3.3 O SENTIDO DA VIDA E DO SOFRIMENTO	43
4 ESTUDOS EMPÍRICOS	56
4.1 ESTUDO 1: VALIDAÇÃO DA ESCALA	56
4.1.1 Método	56
4.1.2 Resultados	58
4.2.3 Discussão	61
4.2 ESTUDO 2: CORRELATOS DOS QUESTIONÁRIOS: SOBRE ATITUDE PERANTE O SOFRIMENTO E SOBRE O SENTIDO DA VIDA	62
4.2.1 Método	62
4.2.2 Resultados	64
4.2.3 Discussão	66
5 CONSIDERAÇÕES FINAIS	68
REFERÊNCIAS	69
APÊNDICES	73
ANEXOS	78

1 INTRODUÇÃO

O sofrimento é uma condição humana que está vinculada a busca de significados. Nessa perspectiva, as religiões apresentam, de forma geral, uma cosmovisão que abrange tanto o sentido da vida quanto o sentido do sofrimento. Sendo assim, considera-se que o sofrimento inevitável pode ser capaz de gerar grande mudança na vida do indivíduo, tendo em vista que através dele é possível encontrar a maturidade interior, o que pode gerar mudanças de perspectivas.

Quando o homem se encontra diante de um sofrimento que não se pode evitar, ainda assim é possível descobrir nele um sentido para sua existência e enxergar através dele um motivo para viver que o capacite para a superação, posto que nessas situações também seria possível a descoberta de valores e sentidos (BRANDÃO, 2011; FRANKL, 2000; MOREIRA; HOLANDA, 2010), já que o ser humano é livre para dar um sentido aquelas situações limites que se constituem como um destino imutável.

Tendo em conta as considerações supracitadas, a presente dissertação teve como objetivos principais construir e validar um instrumento sobre atitude perante o sofrimento e averiguar as relações entre a atitude perante o sofrimento, a percepção do sentido da vida em função da matriz religiosa. Assim, a pergunta norteadora da pesquisa foi: Qual a influência da filiação religiosa na atitude perante o sofrimento e na percepção de sentido na vida?

No primeiro capítulo, aborda-se a respeito dos conceitos de Religião, Religiosidade e Espiritualidade, tendo em vista que ainda há muita confusão na utilização e entendimento dos mesmos. Ressalta-se também acerca do sofrimento sob a ótica de duas matrizes religiosas: o cristianismo e o budismo.

Enfoca-se no segundo capítulo, sobre a logoterapia e análise existencial. Explana-se a respeito dos conceitos básicos da teoria de Viktor Frankl, bem como, sua experiência nos campos de concentração, na qual é possível apreender sobre a origem de sua grandiosa contribuição à psicologia e o conhecimento da condição humana voltada para a vontade de sentido. Relata-se ainda, acerca do sentido da vida e do sofrimento, no qual é abordado como é possível encontrar sentido mesmo diante do sofrimento inevitável e assim vivenciar a maturidade interior.

Destaca-se no terceiro capítulo, os estudos empíricos. No qual o estudo 1 diz respeito a validação da escala: Questionário de Atitude Perante o Sofrimento (QAPS), enquanto que o

estudo 2, refere-se a correlação entre a atitude perante o sofrimento e a percepção do sentido da vida.

2 RELIGIÃO, RELIGIOSIDADE E ESPIRITUALIDADE

Os termos religião, religiosidade e espiritualidade, embora possam parecer similares, correspondem a conceitos distintos. Nesse contexto, faz-se necessário esclarecer a diferença que existe entre tais conceitos, na tentativa de evitar equívocos.

A religião é uma forma de aproximação com o sagrado, com a divindade através de práticas baseado em escrituras que revelam maneiras de ser e agir diante das pessoas, do sagrado e do mundo. É um conjunto de crenças e rituais seguidos por um determinado grupo de pessoas que concordam com tais ensinamentos e realizam essas práticas. Assim como afirma Koenig (2012, p. 11):

Pode-se definir religião como um sistema de crenças e práticas observado 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. A religião costuma oferecer um código moral de conduta que é aceito por todos os membros da comunidade que tentam aderir a esse código.

Desse modo, Siqueira (2010) afirma que a religião está ligada a institucionalização da crença, tem fundamentos doutrinários e cria práticas que vão desde as fórmulas fixas da oração, passa pela gestualidade das persignaões e genuflexões até chegar às práticas litúrgicas exigidas dos fiéis. Tais exigências variam, por exemplo: o Catolicismo e o Protestantismo, pedem a participação constante no rito sacramental. Já aos muçulmanos exige-se a visita a Meca pelo menos uma vez na vida. Ressalta ainda que:

Religião, ideias e sentimentos se interpenetram, pois sintetizam o que o homem deseja da vida e de seu destino. Salvação, pecado, morte bem e mal são conceitos ligados à interpretação da realidade, condicionantes da cosmovisão partilhada pelos religiosos das mesmas crenças. Aquele que crê necessita da comunidade para exercitar sua fé, levando, pois, à institucionalização religiosa em igrejas ou seitas (p. 144).

Para Valle (2005), as religiões são uma realidade que é construída culturalmente pelos seres humanos, não só através da consciência, mas pelo inconsciente também, pois atinge o homem por completo com todos os seus componentes constitutivos (biológico, afetivo, cognitivo e interpessoal). É a partir dessa complexa fusão que surge o *homo religiosus*, cuja

máxima experiência é sempre uma experiência espiritual singular que o coloca perante o Absoluto, seja qual for à definição e o significado que se dê a este último.

A religião é, antes de tudo, na expressão de Le Bras, adesão do espírito e submissão da consciência. Contém a religiosidade e várias maneiras de expressar a dimensão religiosa: a ritualística, abrangendo as práticas religiosas específicas de um credo; a ideológica, que implica o conhecimento da fé como pressuposto para a sua aceitação; a intelectual, que busca o conhecimento dos dogmas e a familiaridade com eles, além das consequências das convicções religiosas, isto é, os efeitos seculares da fé religiosa, da experiência religiosa e do saber religioso (SIQUEIRA, 2010, p. 145).

O psicólogo tcheco Pavel Ríčan (2003, p. 1) *citado por* Paiva (2005) assegura que a “religião para muitos significa em primeiro lugar instituições, rituais e formas tradicionais, ortodoxia dos ensinamentos, rigidez enfadonha, falta de sentimento, obsolescência, atitude reacionária, moralismo”. Afirma ainda, em contraste, que a “espiritualidade conota algo espontâneo, informal, criativo e universal; significa autêntica experiência interior, liberdade de expressão individual, de busca e mesmo de experimentação religiosa”.

A espiritualidade é baseada na busca incessante e inerente do ser humano pelo significado ou sentido da vida. Esse significado pode ser encontrado através da crença em Deus ou relação com a figura divina, na família, como também na natureza, com a música e as artes ou por uma busca da verdade no estudo científico. Não necessita envolver religião - o indivíduo pode encontrar a espiritualidade através da religião ou não.

A espiritualidade é uma parte complexa e multidimensional da experiência humana. Ela tem aspectos cognitivos, experienciais e comportamentais. Os aspectos cognitivos ou filosóficos incluem a busca do significado, do propósito e da verdade na vida, bem como as crenças e os valores de acordo com os quais uma pessoa vive. Os aspectos experienciais e emocionais envolvem sentimentos de esperança, amor, conexão, paz interior, conforto e suporte. Eles se refletem na qualidade dos recursos internos de um indivíduo, na capacidade de dar e receber amor espiritual e nos tipos de relações e conexões que existem consigo mesmo, com a comunidade, com o meio ambiente e a natureza e com o transcendental (por exemplo: poder maior do que si mesmo, um sistema de valores, Deus, consciência cósmica). Os aspectos comportamentais da espiritualidade envolvem o modo como uma pessoa manifesta externamente as crenças espirituais individuais e o estado espiritual interno. Muitas pessoas encontram espiritualidade através da religião ou de um relacionamento pessoal com o divino. Porém, outros podem encontrá-la por meio de uma conexão com a natureza, com a música e as artes, por meio de um conjunto de valores e princípios ou por uma busca da verdade científica (KOENIG, 2012, p. 13).

Neste sentido, a espiritualidade é algo que surge no contexto real da vida de cada pessoa e de cada época. De fato, é ela que expressa o profundo sentido do que se é e se vive. É na totalidade das circunstâncias da vivência humana que o silêncio reflexivo e a atitude contemplativa são experimentados. Aspectos esses, sem os quais a espiritualidade não pode

manifestar-se (VALLE, 2005). Ou seja, a espiritualidade “permite que o ser humano ultrapasse o estado biológico e emocional de suas vivências” (ROESE, 2011, p. 336).

Sob este mesmo prisma, Giovanetti (2005) aponta que a espiritualidade se manifesta na busca de valores profundos que regem o *self* humano. Não implica ligação com uma realidade superior e independe do cultivo da religiosidade. Ela é o mergulho que fazemos em nós mesmos.

Pargament (1999) citado por Paiva (2005) apresenta duas maneiras principais pelas quais a espiritualidade vem sendo definida em contraste com a religião. Primeiro, ressalta que a religião é entendida como o ritual, o organizacional e o ideológico e a espiritualidade é percebida como o pessoal, o afetivo e o experiencial. Em seguida, afirma que a religião inibe a potencialidade humana, já a espiritualidade é busca de unidade, de conexão, de sentido, enfim, de transcendência.

Pode-se afirmar que a espiritualidade é inerente ao ser humano, tendo em vista que as experiências profundas, até mesmo as negativas, promovem um constante avivamento dessa espiritualidade. Sob esta ótica, Valle (2005, p. 104) diz que a espiritualidade é:

... uma necessidade psicológica constitutiva de todo ser humano. É algo tão básico e elementar como a necessidade de desenvolver a autotranscendência ou estabelecer relações saudáveis com os demais seres humanos. Ela consiste essencialmente em uma busca pessoal de sentido para o próprio existir e agir. Acha-se, por isso, unida à motivação profunda que nos faz crer, lutar, amar. Orienta-se para o porquê último da vida, mas sem fugir dos questionamentos e compromissos que a vida nos impõe, ajudando-nos a ter forças para nos comprometermos com eles.

Já no que se refere a religiosidade, Valle (2005) ressalta que diz respeito à experiência individualizada do transcendente e deve ser distinguida de sua matriz instituída: a religião. Suas funções socioculturais e psicológicas não são idênticas, porém, se completam. Na religiosidade pode-se notar uma explicitação, uma culminação e uma síntese que só é possível porque existe no ser humano uma consciência e um *self* que permite dar sentido a sua percepção perante a si mesmo, ao outro e ao mundo. Além disso, Valle (2005, p. 94) aventa que:

A religiosidade põe em jogo todos os níveis da consciência humana, em especial uma intenção específica de referência a uma realidade maior, invisível e numinosa, da qual depende a opção fundante do ser e do viver. Na religiosidade há dois elementos. Um é substantivo e se refere ao que é último, ao que supera, ao que faz o ser humano tocar o limite, donde uma percepção absolutamente original do sagrado... Há um segundo elemento que tem a ver com a função do religioso no conjunto da autopercepção do homem enquanto ser-no-mundo. O homem se torna religioso só quando se encontra com o outro e, por essa via, com o Outro.

Em concordância com o autor citado acima, Siqueira (2010) destaca que a religiosidade advém da necessidade de crer, de encontrar o sentido da gênese, de garantir a segurança pessoal aqui e além. É a admissão do sagrado. “A religiosidade está no âmbito do sentimento e exige a fé. Justifica-se pela teofania e pela hierofania. As práticas iluminam-na. Nela cabem as lendas, os mitos, os ritos. Lendas e mitos falam das origens, os ritos servem para presentificá-los e abrir caminhos para o futuro, desta ou da outra vida” (p. 145).

Conforme Aquino et al (2013), a religiosidade pode ser entendida como uma atitude perante um objeto, apreendida por meio de seus componentes cognitivos, afetivos e comportamentais.

De acordo com Koenig (2012), a atividade religiosa pode ser pública, social e institucional (religiosidade organizacional) ou privada, pessoal e individual (religiosidade não organizacional). A primeira envolve a participação de serviços religiosos. Diz respeito a reuniões, grupos de estudo das escrituras, o envolvimento com outras pessoas em atividades relacionadas à igreja: evangelização, arrecadação de fundos, doações financeiras ou voluntariado referente à igreja, sinagoga, mesquita ou templo. Já a religiosidade não organizacional está relacionada à atividade religiosa que é realizada em particular, a sós. Como por exemplo, orar ou se comunicar com Deus em casa, ler escrituras religiosas, meditar, assistir a programas de televisão religiosos, escutar rádios religiosas, bem como, realizar rituais privados: usar acessórios religiosos, acender velas, entre outros.

Religião e religiosidade pertencem ao mundo da espiritualidade, mundo do sagrado, área heterogênea conforme a modalidade da crença. Feita de fé, portanto, de sentimento, é a espinha dorsal de qualquer instituição confessional. Abrange a experiência religiosa que busca ora uma dimensão homogeneizante, suprimidora de diferenças, ora uma dimensão relativizante preservadora da diversidade. Torna-se transparente num *éthos* que forma o corpo religioso de hábitos e costumes (SIQUEIRA, 2010, p. 144-145).

Diante do exposto, Roese (2011, p. 336) explica resumidamente a diferença existente entre espiritualidade e religiosidade. Para ele, a espiritualidade “é compreendida como elemento inerente ao ser humano. E a experiência religiosa, ou religiosidade, é um gênero específico de experiência espiritual”.

Apoiando-se nesses conceitos, pode-se ressaltar que a religião e a religiosidade estão interligadas e se completam. A religião é um sistema de crenças, práticas e símbolos pelos quais as pessoas vivem sua relação com o sagrado. Já a religiosidade representa a busca do sentido para a vida acompanhada na crença em um ser superior e há uma relação do indivíduo com Deus ou uma Força Transcendente. E a espiritualidade por sua vez, faz parte

essencialmente do ser humano, pois diz respeito a uma dimensão ontológica. Representa não só a busca pelo sentido da vida, como também envolve sentimentos de amor, esperança e paz e a forma como o indivíduo expressa essa experiência pessoal, única e complexa.

Segundo Eucken (1973), o sistema religioso exerceria influências no ser humano posto que “ele dá à vida por base fundamental a relação com um espírito superior ao mundo, o qual é ao mesmo tempo representado como dominando e governando este” (p. 67). Nessa perspectiva, o sofrimento pode ser compreendido por meio desse mesmo “espírito superior” segundo o homem religioso. No próximo tópico serão abordadas duas concepções sobre o sofrimento humano.

2.1 O SOFRIMENTO SOB AS ÓTICAS DO CRISTIANISMO E DO BUDISMO

2.1.1 Cristianismo

A essência do Cristianismo é puramente esta: Jesus Cristo. “Cristão é todo aquele que, em sua caminhada pessoal – e cada pessoa tem seu próprio caminho –, tenta se orientar por este Jesus Cristo” (KÜNG, 2004, p. 214). É todo aquele que toma como referência a paixão e a luta de Jesus de Nazaré. Isto é, se deixa orientar pela figura humana concreta de Jesus, que desde os primórdios é chamado o Cristo, o Ungido, o Messias.

E isso significa empenhar-se pelo bem dos semelhantes – inteiramente no seguimento do crucificado. Pregar, portanto, não a intolerância, o ódio ou a violência, mas sim pôr em prática a abertura para todos, a bondade, o perdão e a solidariedade, o amor a Deus e ao próximo: amar o outro como a si mesmo (KÜNG, 2004, p. 214).

Cristo é a figura e a inspiração básica para o Cristianismo. É como uma potência espiritual que perpassa a história da igreja, que mesmo diante de momentos de maior decadência, jamais se perdeu por inteiro. Cristo permanece o tema fundamental: “É ele, e não o cristianismo que existe concretamente em cada época nesta ou naquela igreja; ele, e não qualquer autoridade do estado ou da igreja, que é o critério do que é ser cristão: O que importa é a presença viva dessa origem, desse fundamento, desse centro” (KÜNG, 2004, p. 215). Assim, nenhuma organização, instituição ou igreja poderia ser chamada Cristã se não o toma

como referência. Ou pelo menos não deveria.

A mensagem de Jesus e sua prática anunciam a chegada do reino de Deus, com suas promessas e exigências. A vida do Cristo Jesus era pautada na solidariedade com os pobres e miseráveis, demonstrava compaixão e compreensão com os que ofendem a lei, “os pecadores”. Enfatizava sempre em seus discursos que se deve perdoar sem limites e servir sem olhar a quem, esses são aspectos sempre presente em suas parábolas e demonstrado em seu exemplo de vida. Deste modo afirma Peters (2007, p. 79): “Seus ensinamentos tornaram-se a base da ética cristã, e sua vida em geral tornou-se um paradigma de virtude cristã”.

A esperança de salvação do cristão baseia-se, segundo afirma Paulo, na “fé em Cristo Jesus” e, mais precisamente, na convicção de que esse mesmo Jesus de Nazaré foi ressuscitado dos mortos por Deus, visto que “se Cristo não ressuscitou, a nossa pregação é vazia e a vossa fé também” – 1Cor 15,14 (PETERS, 2007, p. 77).

Küng (2004) afirma que se Jesus tivesse morrido em idade avançada, de morte natural, neste recanto afastado do império romano, a Galiléia, suas palavras, suas parábolas e o célebre Sermão da Montanha dificilmente teriam sido transmitidos à posteridade. Isto, porque a força de sua mensagem está relacionada com seu dramático destino, que chegou ao clímax na cidade santa de Jerusalém.

Jesus foi levado à prisão e a condenação pelo governador romano, Pôncio Pilatos que condenou o Nazareno como revolucionário político – o que ele não era. E assim, o terrível fim é conhecido:

Ele morreu jovem, com cerca de trinta anos, depois de uma atuação espantosamente breve de no máximo três anos, ou possivelmente apenas poucos meses. Traído e negado por seus discípulos e adeptos. Escarnecido e ridicularizado por seus adversários, abandonado por Deus e pelos homens. Uma morte cruel, que a jurisprudência romana não permitia ser aplicada a cidadãos romanos. Só os escravos fugidos e os rebeldes políticos morriam assim: no patíbulo da cruz. Último sinal de vida do torturado: um grito. Desde então a cruz é o sinal do cristão. E é a cruz que torna possível ao cristão superar mesmo o que é negativo na vida do homem e na sociedade: sofrimento, culpa, insensatez e morte (KÜNG, 2004, p. 217).

A paixão de Jesus foi marcada por muito sofrimento, humilhação, traição, negação, abandono e angústia suprema. Foi traído com um beijo por Judas e entregue aos soldados para ser preso, foi negado três vezes por Pedro e diante de Pilatos o povo decidiu libertar um prisioneiro famoso chamado Barrabás e crucificar o Cristo Jesus. “Sua vida e cruel morte representam o sofrimento e a morte de todos os homens, cuja vida, pelas ofensas dos outros, está voltada para o sofrimento e a morte” (SCHERER, 2008, p. 65).

Diante disso, a cruz é o símbolo do Cristianismo - A cruz de Cristo. Desde então esta é a convicção de fé dos cristãos: “este Jesus não permaneceu na morte, mas foi despertado por Deus para a vida eterna, acolhido na glória de Deus”; “este Jesus Cristo não morreu para cair no nada, mas sim para a mais real das realidades – ele morreu para entrar em Deus”; “O Crucificado é o grande sinal de esperança numa vida eterna...” (KÜNG, 2004, p. 217 - 218).

Cristo vai até a Cruz, e somos convidados a segui-lo na mesma Cruz. Não porque seja a Cruz, mas porque a Cruz é dele. O sofrimento é abençoado não por ser sofrimento, mas porque é dele. O sofrimento não é contexto que explica a Cruz; a Cruz é o contexto que explica o sofrimento. A Cruz dá esse novo significado para o sofrimento... Cristo permite que participemos da sua Cruz porque esse é o seu modo de permitir que participemos das mudanças da Trindade, para compartilharmos da vida mais íntima de Deus (KREEFT, 1995, p.145).

A cruz para os cristãos é sinal de libertação, redenção, cura. É nela e por ela que se recebe a salvação. Morre-se para nascer em Cristo. “Foi porque o Messias morreu na cruz que toda a humanidade foi salva. Jesus não era outro senão o ‘Messias sofredor’..., ‘o servo oprimido’ que se dera ‘a si mesmo como sacrifício pelo pecado’ (PETERS, 2007, p.88).

Sua morte representa a grande salvação da humanidade. Jesus morreu na cruz em prol da libertação do pecado e salvação de todos. “Sua morte foi olhada como um ato sacrificial que remiu a humanidade do pecado cometido por Adão e possibilitou a salvação” (PETERS, 2007, p. 79). Vindo ao nosso mundo, ele também tomou parte de nosso sofrimento:

... e ele veio e tocou em nossas feridas com mãos ensanguentadas. Ele não nos deu medicamentos, uma pílula ou um bom conselho. Ele nos deu a si mesmo. Ele veio. Penetrou no espaço, no tempo e no sofrimento... Ele fez a coisa mais importante, e deu o presente mais importante: deu-se (KREEFT, 1995, p. 141).

Então, Ele próprio é e continua a ser a encarnação viva de sua causa. “Há dois mil anos o Nazareno anunciou e viveu: tolerância, compreensão, bondade, prontidão para ajudar, partilha, perdão, amor. Ideais na verdade, mesmo depois de dois mil anos, não superados!” (KÜNG, 2004, p. 247).

Os ensinamentos de Jesus são mais atuais do que nunca e regem regras básicas para um bom convívio perante todo o longo caminho da vida. Neste sentido, Scherer (2008, p. 63) mostra como se dá esse fato, quando afirma:

No cristianismo o espírito de Deus representa a força que chama os homens à vida, que confere esperança à sua existência e que torna possível uma boa convivência entre as pessoas. De acordo com a visão cristã, o espírito de Deus que está em ação na criação continua atuando na vida, morte e ressurreição de Jesus. O espírito desenvolve seu efeito duradouro no fato de no seguimento de Jesus a reconciliação

entre os homens tornar-se possível.

Outro ensinamento que vale ser ressaltado é referente às dificuldades do dia-a-dia. Muitas vezes o ser humano se sente desanimado, sozinho, abandonado, triste, amargurado, mas Jesus mostra que está presente em todos os momentos. Assim como destaca Kreeft (1995, p. 141):

Ele está ao nosso lado nas ocasiões mais desfavoráveis de nossas vidas. Estamos alquebrados? Ele está alquebrado conosco. Somos rejeitados? As pessoas nos menosprezam não pelo mal que fizemos, mas pelo bem que praticamos, ou tentamos praticar? Ele foi “menosprezado e rejeitado pelos homens”. Choramos? É o desgosto nosso espírito familiar, nosso fantasma horivelmente familiar? Sempre dizemos: “Oh não, de novo não! Eu não consigo mais!” Ele foi “um homem de lágrimas e familiarizado com o desgosto”. Nosso amor foi traído? Nossas relações mais carinhosas rompidas? Ele também amou e foi traído por aqueles a quem amava.

Jesus veio, na vida e na morte, em corpo e em espírito. E ainda hoje faz assim. As pessoas que acreditam terem sido criadas à imagem de Deus podem entender a vida como uma dádiva e assim organizá-la em responsabilidade perante Deus e seus semelhantes. O sofrimento surge quando os homens deixam de corresponder à sua imagem e semelhança de Deus, e à sua verdadeira condição humana como criaturas de Deus. Na Bíblia cristã, a história de Deus com os homens mostra que no sofrimento do homem, Deus está presente, e que ele também sofre quando a vida é destruída e aniquilada (SCHERER, 2008). Sob esta ótica Kreeft (1995, p. 143) ressalta:

Ele está aqui. Ele está em nós e nós estamos nele; somos o seu corpo. Ele está asfixiado nos fornos de Auschwitz; esgueira-se pelos guetos de Soweto, é retalhado em milhares de campos de morte, legais e seguros, espalhados por todo o mundo... Ele é a alma mais esquecida do mundo. É aquele que adoramos odiar. Ele pratica o que prega: vira a outra face do rosto para receber nossos golpes. É isso o que é o amor, o que faz o amor, e o que o amor recebe.

Scherer (2008) afirma que quando o indivíduo é atingido por um inexplicável golpe do destino, torna-se necessário compreender tal situação como uma provação, e pedir o auxílio de Deus através da oração. Assim como ressalva Kreeft (1995, p. 143):

Quando sentimos os martelos da vida batendo sobre nossas cabeças ou nossos corações, devemos estar certos de que ele está ao nosso lado, absorvendo cada golpe conosco. Cada lágrima que vertemos torna-se a sua lágrima. Talvez ele não as enxugue prontamente, mas as torna suas... Se não cura de imediato todos os nossos ossos quebrados, e nossos amores e nossas vidas, ele entra em todas elas e se reparte, como o pão, e nos alimenta. E nos mostra que podemos usar nossas próprias feridas como alimento para aqueles que amamos. Uma vez que somos seu corpo, também somos o pão que é repartido entre os outros. Nossos próprios fracassos

ajudam a consolar quem já fracassou; nossas lágrimas ajudam a secar outras lágrimas.

Jesus Cristo entende todo o sofrimento e angústia, pois vivenciou da pior e mais dolorosa forma possível. Pagou um preço muito alto para resgatar o ser humano do pecado. Tudo isso por amor, só por amor. “Foi por amor que ele veio à terra... As moscas zunindo em volta da Cruz, a batida do martelo romano sobre os pregos que rasgam sua carne e os golpes infinitamente mais dolorosos do ódio latente de seu povo contra ele, batendo em seu coração – por quê ? Por amor. Deus é amor...” (KREEFT, 1995, p. 143).

É importante ressaltar que mesmo diante de tudo que passou, de tanto sofrimento, Jesus não conservou dentro de si o ódio e o rancor, pelo contrário, suscitou o perdão e a misericórdia servindo assim, como exemplo de humildade e bondade para todas as pessoas. Como pode ser constatado a seguir:

Cristo é o sentido da nossa vida! Jesus Cristo morto e ressuscitado é o modelo a ser seguido por todos nós que vivemos cansados e transgredidos pela opressão da maldade. Cristo foi manso e humilde de coração. A ninguém julgou; ao contrário, a todos quis revelar o rosto do Pai. Na cruz rezou pelos seus assassinos e prometeu a vida eterna ao ladrão arrependido (MACHADO, 2009, p. 14).

Assim, a resposta de Deus para o problema do sofrimento não só aconteceu há dois mil anos, mas ainda acontece na vida de cada indivíduo. Todo e qualquer sofrimento pode se tornar parte de sua obra, a maior obra jamais realizada, a obra da salvação. Então, a solução para o sofrimento, é o sofrimento. E isso pode ser feito através da fé (KREEFT, 1995).

Ter fé, de acordo com o Evangelho de João, é receber (Jo 1,12) o que já foi feito por Deus. A parte dele já está terminada (“Está consumado”, ele disse na Cruz). Nossa parte é a de receber o seu trabalho e deixar que ele naturalmente aja dentro e além das nossas vidas, incluindo nossas lágrimas. Nós oferecemos isso a ele, e ele realmente toma nossas vidas e a usa de maneira tão poderosa que ficaríamos impressionados (KREEFT, 1995, p. 144).

Neste sentido, Machado (2009) ressalva que para os cristãos, Jesus Cristo, morto e ressuscitado é o sentido da existência presente e futura... A vida venceu a morte e esta é a certeza da existência humana e é o que dá o verdadeiro sentido à vida. Mas, finalmente o que significa o sofrimento para o cristão?

O sofrimento para os adeptos do cristianismo é o convite de Cristo para que o indivíduo siga seus passos e o tome como exemplo de vida e de superação. Como se pode perceber nesta citação: "Na visão cristã, a destinação da vida humana consiste em crescer na

fé de que a vida é uma dádiva e um presente de Deus. Esta fé torna-se visível quando são superadas a injustiça, o ódio e as estruturas contrárias à vida" (SCHERER, 2008, p. 59-60).

O seguimento de Cristo gera os frutos do Espírito Santo, não obstante, requer que o crente pegue a sua cruz, dissipe-se do desnecessário, e siga-O. Somente por meio da categoria do encontro pessoal com Deus é que poderemos dizer que Ele está naquele rosto que sofre pela dor da fome. Somente pela caridade, que jorra do coração habitado por Deus, é que poderemos nos solidarizar com as inúmeras pessoas que ainda se negam a abrir as portas dos seus corações e a fazerem comunhão com Deus. Somente pela fé, dom precioso do Espírito Santo de Deus, poderemos crer nas promessas do Filho e suportar toda dor e sofrimento que emanam do mau uso da liberdade humana. Portanto, somente Cristo pode nos ensinar a forma pela qual venceremos e suportaremos tanta maldade e desigualdade. A vida de Jesus Cristo morto e ressuscitado é a lição a ser assimilada (MACHADO, 2009, p. 14-15).

Diante do exposto, afirma-se que o cristão enxerga o sofrimento de forma diferente daquele que não é cristão. Isso se deve ao fato de que o crente acredita que o sofrimento é apenas um intervalo convidativo que emana de Deus, para que ele reconheça que tudo pode ser transformado através da fé, o que possivelmente dará sentido ao seu sofrimento.

O cristão vê o sofrimento, como todas as coisas, de maneira totalmente diferente, da dos descrentes. Ele observa o sofrimento e tudo o mais como um *intervalo*, como se isso existisse entre ele e Deus, como uma dádiva, uma convite, um desafio de Deus. Tudo o mais é pertinente. Eu não me dirijo a um objeto e deixo Deus de lado, em algum canto; Deus é o objeto ao qual eu me dirijo. Tudo o que acontece é entre Deus e nós. Ter filhos é procriação. Meu próprio eu é a sua imagem; não é minha propriedade: trata-se de um empréstimo (KREEFT, 1995, p. 144-145).

Vale destacar que não se trata de aceitar o mal e a dor de forma passiva, mas sim assumir o modelo que Cristo deixou. Tomar a sua Cruz e segui-lo, quer dizer encarar o sofrimento e tentar superá-lo através da fé, não se deixar abater pelas adversidades da vida, mas ao contrário, enfrentar com coragem e sabedoria. Neste sentido, Kreeft (1995, p. 145-146) descreve de forma resumida, três coisas que Jesus fez para resolver o problema do sofrimento:

Primeiro, ele veio até nós. Sofreu conosco. Chorou. Depois, ao se tornar homem, transformou o sentido do nosso sofrimento: ele agora é parte de nosso trabalho de redenção. Nossa dor da morte se torna a dor do nascimento para o céu, e não apenas para nós mesmos, mas para todos os que amamos. Por fim, ele morreu e ressuscitou. Ao morrer, pagou o preço pelo pecado e abriu os céus para nós; ressuscitando, transformou a morte: ela era uma cova, e passou a ser uma porta; era um fim, e passou a ser um começo.

E dessa forma, compreende-se que o sentido do sofrimento na ótica do cristianismo está baseado na fé de que tudo pode ser transformado e que tudo tem um propósito segundo a

vontade de Deus. Assim, para os adeptos do cristianismo: “É possível superar concretamente o sofrimento pela fé cristã na ressurreição” (SCHERER, 2008, p. 106).

2.1.4 Budismo

A palavra Budismo é derivada da palavra ‘*bodhi*’ que significa ‘despertar’, portanto o Budismo é a religião do despertar. Essa religião teve origem na experiência de um homem chamado *Sidharta Gautama*, conhecido como o *Buda*, que conseguiu chegar a lucidez ou nirvana por si próprio aos 36 anos de idade. É uma religião não-teísta, isto é, não há um deus que dirige o universo e está configurado numa série de convenções e ensinamentos baseados na mensagem do Buda.

Scherer (2008) ressalta que o budismo é uma religião da experiência (própria), não uma religião da fé (cega). As doutrinas de Buda tem o objetivo de levar o indivíduo à iluminação. “Elas são *upaya*: meios e recursos adequados para pôr fim ao sofrimento” (SCHERER, 2008, p. 90).

Venerado por inúmeras pessoas no mundo inteiro, Buda é, ao lado de Cristo, a figura mais representada artisticamente em nosso planeta. Figura esta, que irradia soberania, superioridade, tranquilidade, paz. “A curva no alto da cabeça (*ushbisha*), por onde, na concepção indiana, a alma entra no corpo e sai, lembra a iluminação. O ‘terceiro olho’ (*urna*), no meio da testa, simboliza a visão espiritual; os lóbulos alongados das orelhas (originalmente de certo os brincos do príncipe), a sabedoria do Buda” (KÜNG, 2004, p. 149-150).

O Buda não apontou como condição indispensável para a obtenção da libertação ou salvação uma suprema força exterior, mas, procurou ressaltar a questão interior, para que assim, houvesse uma melhor compreensão da vida mental e espiritual. Isso tudo, baseado na sua própria experiência – o Buda despertou de um profundo sono de ignorância, e indicou o caminho no qual as verdades podem ser contempladas e vividas, através do *Dhamma* (a doutrina, os ensinamentos). Experiência essa, que o levou a libertação final, ao *Nirvana* (*nibbāna*).

O Budismo ensina que devemos tentar desenvolver todo o potencial da nossa capacidade mental de modo que possamos alcançar o claro entendimento da realidade. O Budismo também prega o desenvolvimento do amor e bondade de modo que possamos expressar verdadeira amizade por todos os seres (BEISERT, 2013).

Desse modo, faz-se necessário destacar O Budismo Clássico - a história de vida do Buda ressaltando como tudo começou, o seu primeiro impacto frente ao sofrimento imposto pela vida, a sua atitude após essa descoberta e os passos que ele seguiu até encontrar a resposta para o sofrimento – “toda filosofia de Buda se concentra em sua resposta à questão do sofrimento” (KREEFT, 1995, p. 11).

Neste sentido, Severino (2011) destaca que no ano 624 antes de Cristo, num pequeno reino, nascia um menino especial, que ofereceria ao mundo uma doutrina capaz de libertar o ser humano do sofrimento. Sidarta Gautama ou *Sakyamuni*, um nome composto que significa: *Sakya*, que correspondia ao nome da família real no seio da qual ele nasceu; e *Muni*, que quer dizer o Capaz. Seu lugar de nascimento chama-se Lumbini, situado originalmente ao norte da Índia, hoje território pertence ao Nepal.

No livro *Buscar Sentido no sofrimento*, o autor Kreeft (1995) faz uma breve explanação a respeito da filosofia budista. De acordo com o autor, Sidharta Gautama, mais conhecido como “Buda” que na verdade não é um nome, mas um título como Messias ou Cristo, que significa “o iluminado”, nasceu como um príncipe. As profecias diziam que se tornaria ou o maior rei da história da Índia, ou o maior, mais radical e mais questionador de todos os místicos. Por este motivo, o seu pai - o rei preferiu o manter isolado anos no palácio real, com a finalidade de convencê-lo a se tornar um rei, para que assim pudesse continuar a linhagem familiar de príncipes guerreiros.

No entanto, por mais que o rei fizesse o possível para tornar-lhe a vida atrativa, esta vida palaciana não o satisfaz plenamente, e Sidartha impulsionado pela curiosidade certa noite rompe os muros do palácio com a ajuda do cocheiro e visita a cidade que o seu pai tanto o proibira. E foi lá então, que ele teve as Quatro Visões do Sofrimento (a velhice, a enfermidade, a morte e um *sanyassin* – velho religioso e místico hindu), que mudaram para sempre a sua trajetória. Profundamente comovido pelo sofrimento que viu ao seu redor, começa a sofrer com profundas indagações internas sobre sua condição humana, seu estado de sofrimento, e sobre seu futuro.

Aí ele se defrontou com toda a dor do mundo, com todo o sofrimento a que as pessoas estão expostas. Inevitavelmente todo homem envelhece. Todo homem adocece. Todo homem vai morrer. Velhice, doença, morte: três símbolos do efêmero e do transitório. É nisto que consiste o problema básico de toda existência humana: nada na vida é estável. Todas as coisas sempre dependem de outras. Tudo muda, tudo perece. Em última análise, tudo é sofrido, tudo está associado ao sofrimento (KÜNG, 2004, p.150).

Diante disso, Sidharta decide tentar decifrar o enigma do sofrimento. Um dia, logo após o nascimento de seu filho, declara à sua jovem esposa que vai deixar a família. Renuncia ao principado e ao palácio e torna-se um sanyassin. Porém, percebeu que o ascetismo não o tornou nem um pouco mais sábio do que era quando gozava das indulgências terrenas, e depois de anos naquela vida, decidiu-se pelo Caminho do Meio: teria apenas a comida, o descanso e confortos materiais necessários, nada a mais, nada a menos; não iria nem indulgenciar nem torturar seu corpo.

Assim, ele veio a entender que a mortificação do corpo é vã e inútil, e nunca irá conduzir à paz do coração e à libertação. Desse momento em diante ele desistiu do jejum e das mortificações, enxergando refúgio no desenvolvimento mental e moral. Com uma mente calma e serena, ele começou a investigar a verdadeira natureza da existência (THERA, 2012).

Certo dia sentou-se sob uma árvore, a árvore sagrada de Bo, ou Árvore da Iluminação, na postura de lótus, determinado a não se levantar até ter encontrado a solução para o enigma. E nesse profundo estágio de meditação, finalmente alcançou a iluminação e a sabedoria. Erguendo-se, proclamou: “Eu sou o Buda” e anunciou suas Quatro Nobres Verdades - essas verdades compõem os fundamentos do budismo (KREEFT, 1995).

Küng (2004) afirma que a partir disso, Sidharta tem respostas para as quatro perguntas primordiais: o que é sofrimento, de onde ele vem, como pode ser superado e qual o caminho para superá-lo. E essa, passa a ser a sua mensagem. Tudo está resumido nessas Quatro Nobres Verdades. Küng (2004, p. 154), explica essas verdades:

Primeira pergunta: Que é sofrimento? Resposta: A própria vida é sofrimento: nascimento, trabalho, separação, velhice, doença, morte. Tudo isso é sofrimento.

Segunda pergunta: De onde vem o sofrimento? Resposta: O sofrimento vem da ânsia de viver, do apego às coisas, da ambição, do ódio e da cegueira. Mas isso leva a uma reencarnação após a outra.

Terceira pergunta: Como pode o sofrimento ser superado? Resposta: Desfazendo-se do desejo. Só assim é que se pode evitar um novo carma, que é resultado das boas e más ações; só assim é que se consegue impedir uma volta ao ciclo dos nascimentos.

Quarta pergunta: Qual a via para se chegar a isso? Resposta: A via média da razão – sem ir atrás nem do prazer nem da autopunição. As célebres oito ramificações (óctupla vereda) que conduzem ao nirvana:

- reto conhecimento e reta intenção: saber (**panna**);
- reto falar, reto agir e reto viver: moralidade, ética (**sila**);

- reto esforço, reta atenção (*sati*) e reta concentração (*samadhy*).

Gunaratana (2005) afirma que o Nobre Caminho Óctuplo é o coração do Budismo. Em outras palavras é a meditação. É um caminho para ser cultivado, desenvolvido, meditado. Isso é o que o budismo faz. A verdadeira meditação é a prática do Nobre Caminho Óctuplo.

Portanto, o Caminho Óctuplo é um caminho de virtude (*sila*), de treinamento mental (*samadhi*) e de sabedoria (*pañña*). A Virtude nesse sentido é indicada pela linguagem correta, ação correta e modo de vida correto. O Treinamento mental é indicado pelo esforço correto, atenção plena correta e concentração correta. A sabedoria é indicada pelo entendimento correto e pensamento correto (THERA, 2012).

Estes elementos trazem a ética central do Budismo, que tem a compaixão por todos os seres como característica fundamental, regendo as ações. De acordo com as argumentações do Buda, pode-se afirmar que mesmo que o sofrimento seja inerente ao ser humano, existe um caminho seguro para se chegar à libertação ou pelo menos a compreensão de tal desventura - “Seguir o Caminho do Meio”. Essa é a prática mental correta. Isso é o que se pode chamar de “acertar a nossa compreensão” (CHAH, 2008).

De fato, assegura-se que os extremos não levam a lugar nenhum. É preciso equilibrar as emoções para que sejamos capazes de superar os sofrimentos da vida com sabedoria de forma calma e serena. Com esse treinamento frequente, será possível desenvolver todo potencial da nossa mente para esse fim.

Diante do que foi exposto a respeito dessas duas matrizes religiosas, pode-se afirmar que ambas possuem fatores convergentes. Neste sentido, é importante traçar um paralelo entre essas duas figuras fundamentais: Sidharta Gautama e Jesus de Nazaré.

Torna-se relevante destacar o modo como enfrentaram a questão do sofrimento. De acordo com Kreeft (1995) o método que Buda utilizou para decifrar o enigma do sofrimento implica nada mais, nada menos na transformação da natureza humana. Ninguém propôs um método tão radical, além do próprio Jesus, que também encarou de forma particular e intensa o real problema do sofrimento.

Até hoje, o credo dos budistas é: “Eu me refugio no Buda, eu me refugio na doutrina (no darma), eu me refugio na ordem (no *sangha*)”. No cristianismo, pode-se formular a profissão de fé de uma forma bem parecida: “Eu me refugio (ou melhor, eu creio) em Cristo, eu me refugio em sua doutrina (no evangelho), eu me refugio na comunidade dos fiéis (na igreja)” (KÜNG, 2004, p.150).

Neste sentido, no que diz respeito à conduta, a pregação e os caminhos de salvação desses dois importantes líderes: Jesus Cristo e Sidharta Gautama – O Buda, Küng (2004, p. 154-155) ressalta alguns paralelos notáveis, são eles:

Tanto Gautama como Jesus não se utilizam, em sua pregação, de uma língua sacra que se tornou incompreensível (sânscrito – Hebraico), mas sim da língua vulgar (dialetos indo-arianos – língua aramaica do povo). Nem um nem outro codificou nem mesmo chegou a lançar por escrito sua doutrina. Ambos apelam para a razão e para o entendimento do homem – não por meio de exposições e palestras sistemáticas, mas sim com o auxílio de provérbios, narrativas breves e parábolas simples que todos são capazes de entender, tiradas da vida quotidiana comum e acessíveis a qualquer um, sem se prenderem a fórmulas, dogmas ou mistérios.

Tanto para Gautama como para Jesus a grande tentação é representada pela ganância, pelo poder e pela cegueira. Nem Gautama nem Jesus são legitimados por qualquer cargo, ambos se opõem à tradição religiosa e seus guardiães, à casta ritual-formalista dos sacerdotes e doutores da lei, que não demonstram sensibilidade para com os sofrimentos do povo. Tanto Gautama como Jesus logo reúnem amigos íntimos em torno de si, um círculo de discípulos e um grupo mais amplo de seguidores.

Tanto Gautama como Jesus apresentam-se como mestres. A autoridade de um e de outro estriba-se não tanto na formação escolar, mas sim muito na extraordinária experiência de uma realidade inteiramente diferente.

*Tanto Gautama como Jesus apresentam uma importante mensagem de alegria (o dharma – o evangelho), que exige das pessoas uma mudança de atitude (**metanóia**: “andar contra a corrente”) e uma confiança (**shraddha**: “fé”). Não se trata de uma ortodoxia, mas sim de uma ortopraxia!*

Nem Gautama nem Jesus pretendem dar uma explicação do mundo ou pôr em prática especulações filosóficas profundas ou uma casuística legal erudita. Suas doutrinas não são revelações secretas, não visam também a uma determinada ordem jurídica nem a determinadas condições jurídicas e políticas.

Tanto Gautama como Jesus partem da condição provisória e efêmera do mundo, do caráter transitório de todas as coisas e da não-redenção do homem. Tudo isso se evidencia na cegueira e na loucura, na situação caótica, no envolvimento com o mundo e na falta de amor para com os semelhantes.

Tanto Gautama como Jesus apontam um caminho para libertar do egoísmo, da dependência do mundo, da cegueira – libertação essa que se alcança não pela especulação

teórica nem pelo raciocínio filosófico, mas sim por uma experiência religiosa e por uma transformação interior. Um caminho muito prático para a salvação.

Para se chegar a essa salvação, nem Gautama nem Jesus exigem condições especiais de caráter intelectual, moral ou ideológico. Basta que o homem ouça, entenda e daí tire suas conclusões. Ninguém é interrogado sobre sua verdadeira fé. Nem se exige nenhuma declaração de ortodoxia.

O caminho tanto de Gautama como de Jesus é o caminho do meio-termo entre os extremos do prazer dos sentidos e da autopunição, entre o hedonismo e o ascetismo. Um caminho que permite que o homem se volte para o próximo com uma nova atitude de acolhimento! Não apenas os mandamentos gerais para todos – não matar, não mentir, não furtar, não praticar luxúria – se correspondem amplamente em Buda e em Jesus, mas também, em princípio, as exigências básicas de bondade e de alegria compartilhada, de compaixão amorosa (Buda) e do amor compassivo (Jesus).

De acordo com o mesmo autor, a mensagem de Jesus está perfeitamente clara. A alegre mensagem de uma nova liberdade: não se deixar dominar pelo desejo do dinheiro e do prestígio, pela ânsia do poder, pelo instinto do sexo ou pela busca do prazer e do gozo, mas tornar-se livre para Deus e para os semelhantes. Em tudo isso o homem não deve se transformar em um asceta; como se sabe, Jesus também tomou parte em banquetes. Porém, o homem não deve satisfazer de maneira egoísta seus próprios interesses e necessidades.

Pelo contrário, o que importa é que, tendo em vista o reino de Deus, ele viva segundo a vontade de Deus e leve em conta o bem do próximo: não querer dominar sobre o outro, mas procurar servir. Uma nova solidariedade com os fracos, com os pequenos e com os pobres. Praticar a bondade e o perdão. Não apenas observar os mandamentos: não matar, não mentir, não roubar, não praticar luxúria. Mas enganjar-se despretensiosamente com o próximo: um amor que também respeita o adversário e não liquida o inimigo. Uma mensagem de não violência, de misericórdia e de paz (KÜNG, 2004).

3 A LOGOTERAPIA E ANÁLISE EXISTENCIAL

A Logoterapia foi criada por Viktor Frankl e teve sua principal validação por meio de sua experiência nos campos de concentração Nazistas. Significa terapia através do sentido. É uma psicoterapia que se preocupa com a pessoa na sua existência concreta, no seu dia-a-dia, na sua totalidade. Neste sentido, faz-se um breve relato de como se deu o surgimento da Logoterapia.

No ano de 1942, Frankl é enviado para o campo de concentração junto com toda família, com exceção de sua irmã que havia ido morar na Austrália. A teoria de Viktor Emil Frankl, conhecida como logoterapia ou psicologia do sentido da vida, iniciou-se em meio aos desastres da Segunda Guerra Mundial e teve como base a sua experiência em quatro campos de concentração nazista, inclusive os considerados mais violentos como o de Theresin e o de Auschwitz.

Frankl ficou prisioneiro de 1942 a 27 de abril de 1945, pesando 25 kg aos 40 anos de idade, fato que retrata a experiência do sofrimento vivido naqueles anos (RODRIGUES; BARROS, 2009). Frankl denominou esse período como o *experimentum crucis* para suas idéias psicoterapêuticas. Referindo-se a esse período e a sua sobrevivência (ROECHE, 2005).

Segundo Rodrigues e Barros (2009), após a cruel experiência vivida nos campos de concentração, em dezembro de 1945 - poucos meses depois de sua libertação- Frankl escreve o livro *Em busca de sentido*, sob a intensa emoção provada com a constatação da morte dos pais, da sua amada esposa, do irmão, além de alguns amigos. Tomado pela dor, permaneceu por nove dias em isolamento, ditando a sua história.

Esse documento narra sua trajetória nos campos de concentração e os horrores da guerra, além de relatar alguns momentos marcantes. Nesse período Frankl observou e concluiu que as pessoas que buscavam um sentido na vida eram mais resistentes e não eram levadas aos campos de aniquilamento e às câmaras de gás (ROECHE, 2005).

Tal acontecimento possibilitou total amadurecimento das convicções filosóficas e psicológicas elaboradas por Frankl. Verificou em si mesmo a legitimidade de sua tese: o homem para viver tem, sobretudo, necessidade de significado. A vivência nos campos de concentração representou para ele uma confirmação existencial de sua doutrina, uma experiência empírica no mais vasto significado do termo. Esses anos lhe proporcionaram constatar com clareza que o ser humano perde a sua humanidade quando é privado do sentido da vida, bem como, foi averiguado que nenhuma vida humana está desprovida da

possibilidade de buscar um sentido, sejam quais forem às circunstâncias, até mesmo em Auschwitz (RODRIGUES; BARROS, 2009).

É de extrema importância salientar que Frankl possuía raízes judaicas em sua vida religiosa, pessoal e familiar na qual estabelece uma relação com um Deus, o que de fato parece inspirar sua obra quando direciona os caminhos para o sentido da vida.

A relação que existe entre o autor e sua teoria é nítida. Os quatro campos de concentração por onde Frankl passou – Theresienstadt, Türkheim, Kaufering e Auschwitz – foram às etapas de seu *experimentum crucis*, percorridas não como psiquiatra, muito menos como médico, mas como um prisioneiro comum. Pode-se compreender sua terrível e dolorosa trajetória como uma verdadeira antropologia filosófica, alicerçada em um pensamento crítico, objetivo e baseado na experiência. Frankl passou por três fases, no seu *experimentum crucis*, e aos poucos, percebeu que o ser humano seria capaz de passar pelo mais profundo sofrimento quando tivesse uma razão e um por que viver (RODRIGUES; BARROS, 2009).

De acordo com Xausa (1986) citado por Rodrigues e Barros (2009) pode-se dizer que a experiência de Frankl no campo de concentração se constituiu em um ‘laboratório vivo’, uma ‘antropologia existencial’ que confirmou sua teoria sobre os comportamentos, sentimentos e possibilidades de sobrevivência dos seres humanos.

A abordagem ontológica do ser humano aprofundada por Frankl na Logoterapia tem por fundamento compreender homens e mulheres em sua totalidade. Parte o autor da acepção básica de que o ser humano é bio-psico-sócio-espiritual, necessitado de liberdade e constituído pela capacidade de suportar o sofrimento, mesmo quando a vida parece longe de qualquer significado (RODRIGUES; BARROS, 2009).

Nos dias atuais, a Logoterapia de Frankl é considerada a Terceira Escola Vienense de Psicoterapia. A Logoterapia traz como motivação fundamental do ser humano o desejo de encontrar um significado para a própria vida. “Esta é a razão por que o ser humano está pronto até a sofrer, sob a condição, é claro, de que o seu sofrimento tenha um sentido” (FRANKL 2000, p. 101).

3.1 OS CONCEITOS PRINCIPAIS

Faz-se necessário uma breve explanação no que diz respeito aos principais conceitos abordados por Viktor Frankl, com o intuito de expor em que se baseia a sua teoria. Destacando-se: a vontade de sentido, a frustração existencial, neuroses noogênicas,

noodinâmica e o vazio existencial.

3.1.1 A vontade de sentido

A busca do ser humano por um sentido é a motivação primária em sua vida, e não uma ‘racionalização secundária’ de impulsos instintivos. Esse sentido é exclusivo e específico, uma vez que necessita e pode ser cumprido somente por aquela determinada pessoa. Somente então esse sentido adquire uma importância que satisfará a sua própria *vontade de sentido* (FRANKL, 2000).

O existencialismo de Viktor Frankl coloca o ser humano como o único ente que busca significado para a vida. Ao contrário dos animais, homens e mulheres se preocupam com o sentido de suas vidas, pois possuem a consciência da finitude da existência. Assim, a teoria motivacional de Frankl apregoa a vontade de sentido como a motivação primária, ou seja, o ser humano possui uma vontade de encontrar sentido no mundo objetivo, interpretando sua existência em um contexto de sentido (AQUINO, 2013, p. 53).

Frankl percebeu em suas pesquisas que seus pacientes não sofriam apenas de frustrações sexuais ou de complexos como o de inferioridade, mas principalmente uma sensação sofrida de um profundo *vazio existencial*. Frankl (1991, p. 14) referindo-se aos pacientes afirma “padecem eles com a sensação de abissal ausência de sentido em sua existência”.

Diante disso, a formulação a respeito da vontade de sentido deve ser entendida historicamente, pelo descontentamento de Frankl com as idéias de Sigmund Freud e Alfred Adler. Para Frankl (2000) o que impulsiona o homem não é nem a vontade de poder (como descreve Adler), nem a vontade de prazer (como afirma Freud), mas sim a *vontade de sentido*.

Em ambas as escolas, o conteúdo central era inaceitável para a visão de homem da Logoterapia, visto que preocupavam-se com um equilíbrio interno numa abundante busca pela cessação de tensão, como objetivo maior da gratificação dos instintos e da satisfação das necessidades, constituindo-se, assim, o fim de toda atividade que envolva a vida (MOREIRA; HOLANDA, 2010; PEREIRA, 2007).

Pereira (2007) afirma que é contra essa psicologia homeostática que Frankl se revolta. Afirma que, primeiro, o homem busca o sentido, e que este não tem qualquer relação de necessidade *a priori* com uma preocupação de redução de tensão ou de autogratisfação.

Alguns autores apoiam a ideia de que sentidos e valores são ‘nada mais que mecanismos de defesa, formações reativas e sublimações’. Mas, em total descontentamento Frankl (2000, p. 92) afirma “eu não estaria disposto a viver em função dos ‘meus mecanismos’ de defesa. Nem tampouco estaria pronto a morrer simplesmente por amor às minhas ‘formações reativas’. O que acontece, porém, é que o ser humano é capaz de viver e até morrer por seus ideais e valores!”. Aquino (2013, p. 53), esclarece esse pensamento de Frankl:

Sua visão da pessoa humana considera que esta estaria orientada, primariamente, para buscar um sentido em sua existência por via da realização de valores. Não obstante, refuta a ideia da “vontade” como um voluntarismo ou como uma propensão para o sentido, mas sua teoria da motivação humana concebe a vontade de sentido como o interesse primeiro e último do ser humano.

Desse modo, pode-se falar de um ‘descentramento’ do indivíduo em favor do sentido, já que uma das decorrências da teoria motivacional da Terceira Escola Vienense é a de que o sujeito só se singulariza na medida em que cumpre sua orientação ontológica para tornar significativa a própria vida. A busca desse sentido – que tem um caráter objetivo, fundando-se no mundo, não no sujeito – constitui, na Logoterapia, o fim último de toda a atividade que envolve a existência humana (PEREIRA, 2007).

A *vontade de sentido* é apontada para uma realização de sentido. Porém, a todo o momento as pessoas são exortadas a ‘ser felizes’. Mas, a felicidade não pode ser buscada; precisa ser decorrência de algo. Ou seja, “deve-se ter uma razão para ser feliz. Uma vez que a razão é encontrada, no entanto, a pessoa fica feliz automaticamente” (FRANKL, 2000, p. 119).

Diria eu que o homem realmente quer, em derradeira instância, não a felicidade em si mesma, mas antes um motivo para ser feliz. Deveras, tão logo se sinta motivado para ser feliz, a felicidade e o prazer por si mesmos se fazem presentes (FRANKL, 1991, p. 11).

Nesse contexto, as noções de ‘felicidade’, de ‘prazer’ ou de ‘poder’, como objetos da busca última do homem, são negadas. E essa busca patológica de uma felicidade incondicional foi denominada por Frankl como ‘princípio auto anulativo’, que parte do pressuposto de que quanto mais o homem persegue uma ideia acabada de felicidade, prazer ou sucesso, em detrimento da realização de sentido, mais ele se distanciará desse objetivo (PEREIRA, 2007).

De acordo com Aquino (2013), o ser humano é um ser aberto ao mundo, e por isso, deve estar dirigido para um sentido. A pessoa neurótica por sua vez, estaria motivada para o prazer e a felicidade, colocando-os como fins em si mesmos. Diante disso, a logoterapia considera que o ser humano necessita de um fundamento para a felicidade e o prazer, porque esses estados não podem ser intencionados, do contrário acabaria por instituir uma motivação potencialmente neurótica.

Frankl entende, portanto, uma excessiva preocupação com a auto-realização como um possível sinal de uma frustração da *vontade de sentido*, e faz uso da metáfora do bumerangue, que só volta ao caçador que o atirou se seu alvo não tiver sido atingido. Da mesma forma, o homem só se volta para si como centro maior de suas preocupações se tiver falhado na busca de sentido.

3.1.2 Frustração existencial

De acordo com Frankl (2000), a *vontade de sentido* também pode ser frustrada. Atualmente existem pacientes que procuram o psiquiatra porque duvidam do sentido da sua vida ou porque já desistiram até de encontrá-lo. Diante desse contexto, trata-se na logoterapia de *frustração existencial* (FRANKL, 1986).

O termo ‘existencial’ pode ser utilizado de três maneiras: no que diz respeito (1) à existência em si mesma, ou seja, ao modo especificamente humano de ser; (2) ao sentido da existência; (3) à busca por um sentido concreto na existência pessoal, isto é, à *vontade de sentido* (FRANKL, 2000).

É importante ressaltar que a *frustração existencial* “não constitui, em si e por si só, nada de patológico” (FRANKL, 1986, p.26). Porém, pode evoluir para um quadro mórbido. Ocorrerá, então, uma *neurose noogênica*.

3.1.3 Neuroses noogênicas

Como visto acima, a *frustração existencial* também pode resultar em neuroses. As *neuroses noogênicas* não surgem de conflitos entre impulsos e instintos, mas de problemas existenciais, especificamente humanos, como, por exemplo: conflitos morais, choque de valores, sentimento de falta de sentido de vida. Entre esses problemas, a frustração da vontade

de sentido desempenha papel central. As *neuroses noogênicas* têm sua origem não na dimensão psicológica, mas na dimensão noética, espiritual do ser humano, na qual faz com que ele se confronte com a ausência de valores onde não encontra o sentido da sua existência (FRANKL, 2000).

3.1.4 Noodinâmica

A saúde mental está baseada em certo grau de tensão, tensão entre aquilo que já se alcançou e aquilo que ainda se deveria alcançar ou o hiato entre o que se é e o que se deveria vir a ser. Essa tensão é inerente ao ser humano e, por isso, indispensável ao bem-estar mental:

O que o ser humano realmente precisa não é um estado livre de tensões, mas antes a busca e a luta por um objetivo que valha a pena, uma tarefa escolhida livremente. O que ele necessita não é a descarga de tensão a qualquer custo, mas antes o desafio de um sentido em potencial à espera de seu cumprimento. O ser humano precisa não de homeostase, mas daquilo que chamo de ‘noodinâmica’, isto é, da dinâmica existencial num campo polarizado de tensão, onde um pólo está representado por um sentido a ser realizado e o outro pólo, pela pessoa que deve realizá-lo (FRANKL, 2000, p. 96).

Frankl (2000, p. 95) relata que “nos campos de concentração nazistas, poder-se-ia ter testemunhado que aqueles que sabiam que havia uma tarefa esperando por eles tinham as maiores chances de sobreviver”. Pode-se ver assim, que a busca por sentido certamente pode causar tensão interior em vez de equilíbrio interior.

Neste sentido, a *noodinâmica* é a tensão essencialmente humana, é a própria dinâmica existencial; é a tensão que se estabelece entre o homem e o sentido. E nela está presente a liberdade, a qual permite escolher uma ou outra possibilidade. O que contraria a ideia da orientação para um equilíbrio interno instintivo.

3.1.5 O vazio existencial

De acordo com Frankl (2000) a ausência de sentido, também chamada de *vazio existencial* se manifesta principalmente num estado de tédio e indiferença, de um sentimento de desespero que penetra no indivíduo deixando-o com a sensação de que a vida não possui valor, de que não vale a pena viver. “O tédio representa uma perda de interesse pelo mundo,

enquanto a indiferença significa uma falta de iniciativa para melhorar ou modificar algo no mundo” (FRANKL, 1993, p. 78).

Entretanto este fato por si só, não ocasiona doenças, apesar de uma de suas possíveis consequências ser a *neurose noogênica* (o conflito do indivíduo com os seus valores). “É certo que 20% das neuroses aproximadamente são condicionadas e provocadas por aquele sentimento de ausência de sentido que eu defini como *vácuo existencial*” (FRANKL, 1986, p. 26).

O homem não dispõe de um instinto que, como sucede aos animais, lhe dite o que tem que fazer, e hoje em dia já não há uma tradição que lhe diga o que deve fazer; em breve, também não saberá o que quer propriamente e terá que estar preparado, quanto antes, para fazer o que os outros quiserem dele; por outras palavras: torna-se-á um joguete nas mãos de chefes sedutores autoritários e totalitários (FRANKL, 1986, p. 26).

Para Frankl (2000) o *vazio existencial* pode ser atribuído a uma dupla perda sofrida pelo ser humano durante sua evolução: *a perda dos instintos e da tradição*. Por exemplo, a perda dos instintos animais regula o comportamento e assegura sua existência, isto é, o que fazer quando tem fome e como construir seus ninhos. As tradições, por sua vez serviam de apoio para o comportamento humano. Ou seja, os valores que eram transmitidos serviam de guias para a sua ação, condicionando a conduta - o ser humano recebia da tradição um direcionamento para a sua vida.

Desta forma, seu ser autônomo é comprometido, visto que, as pessoas não sabem o que querem e o que devem fazer. Fato este, que leva o homem a querer o que os outros fazem ou a fazer o que os outros querem. Assim, vivem vulneráveis ao conformismo e ao totalitarismo.

3.2 O SOFRIMENTO NOS CAMPOS DE CONCENTRAÇÃO SEGUNDO VIKTOR FRANKL

No livro *Em busca de sentido: um psicólogo no campo de concentração*, Frankl descreve com riqueza de detalhes tudo o que ocorreu nos campos de concentração pelos quais passou. Todo o sofrimento é narrado e dividido por ele em 3 (três) fases: a fase da recepção no campo, a fase da vida no campo de concentração e a fase após a soltura, ou melhor, da libertação do campo, na qual são explanadas a seguir.

A primeira fase nos campos de concentração diz respeito à fase do impacto ou choque de recepção. Faz uma análise das primeiras reações dos prisioneiros e das condições que lhes restaram frente à necessidade de existência. É nessa fase, denominada de existência desnuda que, tanto os homens como as mulheres, depois de capturados, são despojados de quase todos os seus pertences. Como relata o próprio Frankl (2000, p. 25): “agora nada mais temos senão esse nosso corpo nu (sem os cabelos). Nada possuímos a não ser, literalmente, nossa existência nua e crua”.

Ao chegar a Auschwitz, abrem-se as portas do vagão violentamente que é invadida por um grupo de prisioneiros escolhidos - denominados “elite”, que eram designados a receber os transportes que entravam diariamente pela estação de Auschwitz. Eles tomavam conta das bagagens dos prisioneiros com os valores nelas ocultos.

Mandavam deixar toda a bagagem num vagão, desembarcar e formar uma fila de homens e outra de mulheres. Os prisioneiros quando passavam da recepção, ficavam sem nenhum documento, sendo identificados apenas pelo número tatuado no seu corpo.

Eram encaminhados, uns para o lado direito enquanto outros eram enviados para o lado esquerdo, e assim acontecia a primeira seleção! Quem era mandado para a esquerda marchava diretamente da rampa da estação para um dos prédios do crematório, para se extinguir em tenebrosa nuvem de fumaça. E para os da direita, eleitos na primeira seleção, restava o banho de desinfecção.

Todos são tocados na corrida e aos empurrões para dentro da ante-sala propriamente dita do banho. Um homem da SS aguarda até que o grupo esteja completo. Então anuncia dois minutos para que todos estejam completamente nus. Pede para que os prisioneiros atirem tudo no chão; não podem levar nada, exceto sapatos, cintos ou suspensórios e um par de óculos.

Com uma pressa incrível o pessoal arranca a roupa do corpo; à medida que o tempo vai se esgotando, se despem cada vez mais nervosos e desesperados. E de repente, inesperadamente, os primeiros estalos - sobre os corpos nus descem chicotes. São levados para outra sala, e então raspam o pêlo de cima a baixo. Não somente da cabeça: não fica um pêlo no corpo inteiro. São levados para dentro dos chuveiros em fila. Um mal reconhece o outro.

Os prisioneiros dormiam em beliches de três andares, e em cada andar (medindo mais ou menos 2x2x5m) dormiam nove pessoas, em cima de tábua pura; e para cobrir-se, havia dois cobertores para cada andar, isto é, para nove pessoas. Naturalmente só podiam deitar de lado, apertados e forçados um contra o outro, o que, por outro lado, frente ao frio no barracão sem aquecimento, não deixava de ter suas vantagens.

Nada restava senão apoiar a cabeça sobre o braço, mesmo que quase o deslocasse. Mas o sono leva consigo o estado consciente, eliminando também o dolorido da posição. O sofrimento e as dificuldades não paravam por aí... E isso não era “nada”, frente ao que ainda estava por vir.

Passavam meses ou anos no campo de concentração sem escovar os dentes, usavam a mesma camisa durante metade de um ano, até ela ficar completamente irreconhecível; não podiam lavar-se de forma alguma, nem parcialmente, por estar congelada a água nos canos do lavatório.

Ainda na primeira fase da reação psicológica, face à situação sem saída, ao perigo de morte a espreitar a cada dia; a cada hora e minuto, face à proximidade da morte de outros, da maioria, era natural que quase todos pensassem em suicídio, mesmo que apenas por um momento.

Diante disso, Frankl fez uma promessa para ele mesmo: “Não ir a fio”. Expressão esta, corriqueira no campo, que designava o método usual de suicídio: tocar no arame farpado, eletrificado em alta tensão. Porém, para Frankl tomar a decisão negativa de não “ir para o fio” não era difícil. Afinal de contas, a tentativa de suicídio não fazia muito sentido.

Após o primeiro estágio de choque, o prisioneiro passa para o segundo estágio, a fase de relativa apatia. Nesta segunda fase, Frankl descreve a vida no campo de concentração. Relata que os prisioneiros eram tomados pela apatia, caracterizada como uma morte emocional que evoluía para a instabilidade, a ‘ausência’ de sentimentos, solidão e absoluta desvalorização do homem. Frankl (2000, p. 29-30) narra:

A mortificação dos sentimentos normais continua avançando. No começo o prisioneiro desvia o olhar ao ser convocado, por exemplo, para assistir aos exercícios impostos a algum grupo como punição. Por enquanto ele não consegue suportar a cena de pessoas sendo sadicamente torturadas, vendo companheiros subindo e baixando horas a fio na sujeira, ao ritmo ditado a porrete. Passados alguns dias ou semanas, contudo, ele reage de forma diferente... O recluso observador, em pleno segundo estágio de suas reações psíquicas, não mais tenta ignorar a cena. Indiferente e já insensível, pode ficar observando sem se perturbar.

Além de todas as reações emotivas descritas na fase anterior, o prisioneiro recém-internado ainda experimenta outras sensações extremamente torturantes, que passam a mortificá-lo aos poucos. Surge, sobretudo, inexprimível saudade de seus familiares. Muitos prisioneiros eram espancados porque estavam doentes, com febre e não tinham condições alguma de trabalhar, e por este motivo, eram punidos. E como se não bastasse, ainda havia o nojo de tudo que o cercava.

Esses recém-internados eram destacados para grupos de trabalho nos quais tinham que se ocupar com a limpeza de latrinas, eliminação de excrementos, etc. Quando estes são transportados sobre terreno acidentado, não escapavam de levar uns respingos do líquido abominável; qualquer gesto que revelasse uma tentativa de limpar o rosto, com certeza provocaria uma surra do Capo, que se irritava com a excessiva sensibilidade do trabalhador.

Trabalhavam na neve, num frio intenso. Com os pés inchados nos sapatos cobertos de neve, logo a consequência era os pés crestados e feridos. Além disso, ao marchar sobre os campos cobertos de neve e o calçado defeituoso acumulando cada vez mais gelo, acontecia que um ou outro companheiro se desequilibrava e caía, fazendo com que os outros que vinham atrás caíssem sobre ele, e isso resultava em repetidas coronhadas.

Frente a todas as punições, dores físicas e de toda mortificação, ainda existia o assédio moral e psicológico, visto que, os capatazes afirmavam que um trabalhador normal, em menos tempo, renderia muito mais. Entretanto, estava mais do que claro que um trabalhador normal não se sustenta com trezentos gramas de pão e um litro de sopa rala por dia (teoricamente; na prática era menos ainda); de que um trabalhador normal não está submetido à mesma pressão psicológica que os prisioneiros, que nada ficavam sabendo a respeito dos seus familiares igualmente levados para campos de concentração ou logo executados em câmara de gás; que um trabalhador normal não se encontra sob constante ameaça de morte, diariamente e a qualquer momento...

E assim, a mortificação dos sentimentos normais continuava avançando. O nojo, o horror, o compadecimento, a revolta, tudo isso já não sentiam. Padecentes, moribundos e mortos constituem uma cena tão corriqueira depois de algumas semanas num campo de concentração, que não conseguem sensibilizá-los mais.

Após a morte de um companheiro, muitos se aproximam do cadáver ainda quente e um verifica que os sapatos de madeira do cadáver ainda estão um pouco melhores que os seus próprios; outro tira o manto do morto; o terceiro, afinal, ainda fica contente por surripiar um barbante. E assim, apatia e a insensibilidade emocional, o desleixo interior e a indiferença toma conta de todos ali. Frankl afirma que se não tivesse ficado espantado com a própria insensibilidade, de certa forma por curiosidade profissional, esta experiência nem se teria fixado em sua memória, de tão pouco sentimento que o fato todo despertou.

Tudo isso são características do que Frankl designou de segunda fase dentro das reações anímicas do recluso no campo de concentração - muito cedo também tornam a vítima insensível aos espancamentos diários, visto que, no campo se era espancado pelas razões mais insignificantes, ou mesmo sem razão alguma. A dor física causada por golpes não é o mais

importante por sinal, não só para os prisioneiros adultos, mas para crianças que também recebem castigo físico! A dor psicológica, a revolta pela injustiça ante a falta de qualquer razão é o que mais dói.

Esta ausência de sensibilidade constitui uma couraça sumamente necessária da qual se reveste a alma dos prisioneiros. Frankl explica que a apatia como principal sintoma da segunda fase é um mecanismo necessário de auto-proteção da psique. Reduz-se a percepção da realidade. Toda a atenção e, portanto também os sentimentos se concentram em torno de um único objetivo: pura e simplesmente salvar a vida - a própria e a do outro! Assim se podia ouvir repetidamente os companheiros dizerem quando voltavam do local de trabalho ao campo, à noite, numa exclamação bem típica: Então, passou mais um dia!

A irritabilidade, além da apatia representa uma das mais eminentes características da psique do prisioneiro. Entre as causas fisiológicas estão em primeiro lugar a fome e a falta de sono. Como qualquer um sabe mesmo na vida normal, ambos os fatores tornam a pessoa apática e irritada. No campo de concentração, o sono insuficiente se deve em parte aos insetos parasitas a proliferar livremente na mais inconcebível falta de higiene, e à inimaginável concentração de pessoas nos barracões. Outro fator a contribuir para a apatia e a irritabilidade, é a ausência de tóxicos da civilização que normalmente servem para atenuá-las, isto é, a nicotina e a cafeína.

Além das causas fisiológicas existem ainda origens anímicas deste peculiar estado de espírito dos prisioneiros. Trata-se de certos "complexos". É compreensível que a maioria dos prisioneiros seja atormentada por uma espécie de sentimento de inferioridade. Antes, cada um havia sido "alguém", ou ao menos julgava sê-lo. Agora, no entanto, é tratado literalmente como se fosse um ninguém.

Aquela irritabilidade, de cujas origens fisiológicas diversas foram citadas acima, acaba por se potenciar com o acréscimo das causas anímicas, a complexa carga de sentimentos de todos os envolvidos. Já não causa surpresa que o acúmulo assim originado acabe em pancadaria entre os prisioneiros. Aquele reflexo que, da emoção raivosa vai extravasar-se no golpe físico, já está basicamente pré-condicionado pelos frequentes espancamentos que o recluso testemunha a cada instante.

Outro aspecto que merece ser ressaltado, diz respeito ao fato que Frankl observou: pessoas sensíveis, originalmente habituadas a uma vida intelectual e culturalmente ativa, dependendo das circunstâncias e a despeito de sua delicada sensibilidade emocional, experimentaram a difícil situação externa no campo de concentração de forma, sem dúvida, dolorosa; porém com efeitos menos destrutivos em sua existência espiritual. Pois justamente

para essas pessoas permanece aberta a possibilidade de se retirar daquele ambiente terrível para se refugiar num domínio de liberdade espiritual e riqueza interior. Esta é a única explicação para o paradoxo de às vezes, justamente aquelas pessoas de constituição mais delicada conseguirem suportar melhor a vida num campo de concentração do que as pessoas de natureza mais robusta.

Neste sentido, Frankl afirma que a experiência da vida no campo de concentração mostrou-lhe que a pessoa pode muito bem agir "fora do esquema". Haveria suficientes exemplos, muitos deles heroicos, que demonstraram ser possível superar a apatia e reprimir a irritação. Isto porque existe, portanto, um resquício de liberdade do espírito humano, de atitude livre do eu frente ao meio ambiente, mesmo nessa situação de coação aparentemente absoluta, tanto exterior como interior.

A terceira fase faz referência à libertação do campo, marcada pelo período de inclusão na sociedade e alívio da constante tensão. Nesta fase, Frankl recorda que a diminuição das tensões resultou em outras sensações psicológicas e experiências mentais: a amargura e a desilusão de como retornar à antiga vida. Outro aspecto importante é o sentimento de despersonalização experimentado pelos recém-libertados; sentimento oriundo da intensa massificação a que foram submetidos nos campos de concentração.

Após dias da mais intensa expectativa, certa manhã agitava a bandeira branca no portão do campo. Esta altíssima tensão anímica foi sucedida por uma distensão interior total. E quem pensa que a alegria foi geral está enganado.

A passos lentos, os companheiros se arrastam em direção ao portão do campo. Mal as pernas os sustentam. Olham timidamente em volta, cada qual encara o outro com uma pergunta nos olhos. Dão os primeiros passos temerosos para fora do campo de concentração. Desta vez não se ouve nenhuma voz de comando e ninguém tenta esquivar-se de um soco ou pontapé.

Vão se arrastando, querendo ver pela primeira vez os arredores do campo de concentração, ou melhor, vê-los pela primeira vez como pessoa livre. Apreciar a natureza e entrar para a liberdade. Mas simplesmente não se consegue apreendê-lo. Em tantos anos de sonhos e de saudades, o termo liberdade ficara muito gasto. Seu conceito perdera os contornos. Confrontado com a realidade, ele se confunde. A nova realidade ainda não consegue penetrar direito no consciente. Simplesmente não se consegue apreendê-la ainda.

Literalmente desaprenderam o sentimento de alegria. Será necessário aprender de novo a alegrar-se. Sob o ponto de vista psicológico, pode-se chamar de verdadeira

despersonalização aquilo que os companheiros libertos experimentaram. Tudo parece irreal e improvável. Tudo parece apenas um sonho. Ainda não se consegue acreditá-lo.

Foram demais as vezes em que o sonho os iludiu. Quantas vezes sonharam que viria este dia em que poderiam movimentar-se livremente? Quantas vezes sonharam estar chegando em casa para abraçar a esposa, saudar os amigos, sentar com eles à mesa e começar a contar tudo aquilo que se passou durante tantos anos? Quantas vezes anteciparam em sonhos esse dia de reencontros - e agora, realmente teria chegado este momento? E agora deveriam acreditar, de uma hora para a outra? Agora essa liberdade seria realidade verdadeira?

O caminho que vai da alta tensão psicológica dos últimos dias no campo de concentração, o caminho de volta dessa guerra de nervos para a paz da alma, não é, de forma alguma, livre de empecilhos. Está enganado quem acreditar que o recém-liberto do campo de concentração dispensa qualquer assistência anímica.

Em primeiro lugar, é preciso considerar que uma pessoa que esteve sob a incrível tensão psicológica de um campo de concentração por tempo prolongado, mesmo após a libertação naturalmente está ameaçada por certos perigos psicológicos, justamente por causa da "descompressão" repentina. Assim como o trabalhador submerso corre perigo de ordem fisiológica caso abandonar repentinamente a câmara de mergulho (onde ele se encontra sob enorme pressão atmosférica), da mesma forma a pessoa subitamente aliviada de enorme pressão anímica poderá ser prejudicada em sua saúde espiritual e mental.

Além da deformação que ameaça a pessoa repentinamente liberta da pressão anímica, ainda existem duas outras experiências fundamentais que podem colocá-la em perigo, prejudicá-la e deformá-la. São a amargura e a decepção da pessoa que, livre, volta à sua vida antiga. A amargura é provocada por experiências diversas nos contatos com outras pessoas no antigo ambiente de vida de quem sai do campo de concentração. Ao voltar para casa, ela constata que muitos não reagem de outra forma do que simplesmente encolhendo os ombros ou dando de si frases baratas.

Em vista disso, não raro, ela é tomada de amargura, surgindo dentro de si a pergunta de para que teria sofrido tudo aquilo. Não ouvindo outra coisa a não ser as costumeiras evasivas: "Nós não sabíamos de nada", ou "...nós também sofremos...", ela fica se perguntando se isto é realmente tudo que os outros lhe conseguem dizer...

Algo diferente é a experiência fundamental da decepção. Neste caso não se trata da revolta interior contra a superficialidade e inércia do coração da outra pessoa que faz a pessoa querer sumir desse mundo para não precisar ver nem ouvir mais nada. . . Na experiência da decepção a pessoa se sente à mercê do destino. Ai daquele que experimenta na realidade

aquele momento que sonhou mil vezes, e o momento vem diferente, completamente diferente do que fora imaginado. A pessoa pega o bonde, vai até aquela casa que por anos a fio imaginava enxergar diante de si e aperta a campainha - bem assim como tanto desejara em seus mil sonhos. . . Mas quem abre a porta não é a pessoa que deveria abri-la - ela jamais voltará a lhe abrir a porta. . .

Todos no campo de concentração sabiam e diziam um ao outro: Não há felicidade sobre a terra capaz de compensar nosso sofrimento. Não esperavam felicidade - não era isso que os sustentava e conferia um sentido ao sofrimento, ao sacrifício e ao morrer. Esta desilusão, que esperava grande parte dos prisioneiros, foi, para muitos deles, uma experiência difícil de superar.

De uma forma ou de outra, para cada um dos libertos chegará o dia em que, contemplando em retrospecto a experiência do campo de concentração, terá uma estranha sensação. Ele mesmo não conseguirá mais entender como foi capaz de suportar tudo aquilo que lhe foi exigido no campo de concentração. E se houve um dia em sua vida em que a liberdade lhe parecia um lindo sonho, virá também o dia em que toda a experiência sofrida no campo de concentração lhe parecerá um mero pesadelo. Essa experiência do libertado, porém, é coroada pelo maravilhoso sentimento de que nada mais precisa temer neste mundo depois de tudo que sofreu - a não ser seu Deus.

Diante de tantos horrores descritos acima, fica a pergunta: Como pode a pessoa encontrar algum sentido para a sua vida depois de tanto sofrimento, angústia, tortura, medo e dor? Pois é, o ser humano é capaz sim de superar todo esse infortúnio. A exemplo do próprio Viktor Frankl, sobrevivente de 4 (quatro) campos de concentração e ainda sim, quando foi libertado encontrou um sentido para a sua existência. No tópico seguinte será enfatizado como isso se torna possível.

3.3 O SENTIDO DA VIDA E DO SOFRIMENTO

Sofre-se por diversos motivos - a perda de um ente querido, por achar que a vida não tem sentido algum, a experiência de um amor não correspondido, a descoberta de uma doença incurável, por arrepender-se de algo que fez ou que deixou de fazer. E são vários os questionamentos frente ao sofrimento - Por que existe sofrimento e por que é necessário sofrer? Qual a finalidade de tantos conflitos, tristezas, traições, desgostos, dor, luto, lágrimas? Diante de tais experiências e indagações, faz-se uma reflexão no que diz respeito ao sentido da vida e do sofrimento.

Frankl (1986) ressalta que o sofrimento se dá quando o homem se encontra diante de algo que não se pode mudar. Essa situação constitui um infortúnio, mas, ao mesmo tempo, é uma possibilidade do homem amadurecer e encontrar nela um valor e um significado.

Se sofremos por causa de alguma coisa, é precisamente porque não “a podemos sofrer”, isto é, porque não queremos permitir-lhe que vigore. A discussão com os dados fatais do destino é a missão última e rumo genuíno do sofrimento. Se uma coisa nos faz sofrer, é porque interiormente lhe voltamos as costas; é porque criamos distância entre a nossa pessoa e essa coisa. Se ainda sofremos perante um estado de coisas que não deveria ser assim, é precisamente porque ainda estamos na tensão entre o ser fáctico, por um lado, e o que as coisas deveriam ser, por outro lado. Como homem que se dá conta do que deveria ser, em confronto com o que é simplesmente. O sofrimento cria no homem, por conseguinte, uma tensão fecunda, fazendo-lhe sentir, como tal, o que não deve ser. Na medida em que, digamos assim, se identifica com o que lhe é dado, o homem elimina a distância que existe entre ele e o dado e exclui a fecunda tensão entre o ser e o dever ser (FRANKL, 1986, p. 151).

De acordo com Vergely (2000) sofrer quer dizer ter dor. Dor no corpo, porque este é abruptamente atacado do exterior ou do interior. Dor na alma, porque, um dia, um ser amado nos trai ou vai-se, deixando-nos só frente à separação ou ao luto. Dor na vida toda, porque, de tanto viver num mundo no qual os homens e as mulheres sofrem e morrem, de tanto ser confrontado a relações com outrem percorridas pela violência ou pelo desaparecimento, chega-se a sofrer pelo próprio fato de viver.

Corroborando com a visão de Vergely no parágrafo acima, Freud (2006 [1930], [1929], p.85) afirma que o sofrimento ameaça o indivíduo a partir de três direções: do próprio corpo, condenado à decadência e à dissolução; do mundo externo, que pode voltar-se contra o sujeito com forças de destruição esmagadoras e impiedosas; e, por fim, dos relacionamentos com os outros homens. “O sofrimento que provém dessa última fonte talvez nos seja mais penoso do que qualquer outro”.

“O sofrimento existencial advém frequentemente da liberdade e da capacidade de exercer a responsabilidade pessoal pela própria vida, da capacidade dolorosa de ter que fazer escolhas” (LIBARDI, 2008, p. 135).

O homem é definido por Viktor Frankl como um ser em incessante busca de sentido. É uma vez que descobrir e consolidar um sentido nas diversas circunstâncias da vida, até naquelas que são dolorosas, terá condições de se realizar como pessoa.

Assim como Frankl, Geertz (1989) citado por Aquino et al (2009) afirma que o homem busca sempre dar significado às coisas e ao mundo em que vive. Esta necessidade humana de dar sentido à experiência vivida é tão premente quanto suas necessidades biológicas. Sendo assim, ele é incapaz de viver em um mundo que não faça sentido.

No entanto esta procura de sentido é algo que na situação social de hoje, é cada vez mais considerada frustrante. Tal frustração é atribuída, não em último lugar, à tríade trágica composta pelo sofrimento, pela culpa e pela morte. Na qual ninguém conseguirá evitar o confronto com o sofrimento irremediável, a culpa insuperável e a morte inevitável (FRANKL, 1992).

Porém, em qualquer situação o indivíduo pode encontrar o sentido; mesmo no último momento da vida é possível tê-lo. Até diante da tríade trágica há possibilidade de encontrá-lo:

A resposta sobre o sentido do trágico é encontrada na atitude mesma que elegemos ante uma situação que se nos apresenta tragicamente. Só o ser humano tem o privilégio de eleger uma atitude frente ao sofrimento que se apresenta como tal (XAUSA, 2003, p. 84).

Neste caso, Frankl fala de um otimismo trágico, que significa que a pessoa é e permanece otimista apesar da tríade trágica. E isso, pressupõe a capacidade humana de transformar os aspectos negativos da vida em algo positivo. Ou seja, o que importa é tirar o ‘melhor’ de cada situação. Em outras palavras, fala-se de um otimismo diante da tragédia, tendo em vista o potencial humano que, nos melhores aspectos sempre permite “dizer sim à vida apesar de tudo” (FRANKL, 2000, p. 119).

Desse modo, os binômios: culpa-pena, desgraça-sofrimento e doença-morte constituem um componente fundamental da vida humana, porque ‘nenhum ser humano pode dizer que nunca errou, que não sofreu, que não vai morrer’. Quando esta trágica tríade parece dobrar a resistência do indivíduo, então ele é tentado a pensar que sua vida inteira perdeu a razão de ser (FIZZOTTI, 1998).

Do mesmo modo, Frankl afirma que o sofrimento tem um sentido, e que além do sofrimento, a necessidade, o destino e a morte fazem parte da vida:

“Nenhum destes elementos se pode separar da vida sem se lhe destruir o sentido. Privar a vida da necessidade e da morte, do destino e do sofrimento, seria como tirar-lhe a configuração, a forma. É que a vida só adquire forma e figura com as marteladas que o destino lhe dá quando o sofrimento a põe ao rubro. O sentido do destino que um homem sofre reside portanto, em primeiro lugar, em ser pelo homem configurado – se possível; e, em segundo lugar, em ser suportado – se necessário” (FRANKL, 1986, p. 154-155).

Quando se fala que a vida não vale a pena ser vivida porque há sofrimento na terra, está-se condenado a concluir que a vida só terá sentido quando não houver mais nenhum sofrimento neste mundo. Fórmula perversa! Como não ver que pensando assim, implicitamente exige-se da vida autoritariamente um sentido como uma obrigação? Como se o sentido da vida devesse cair do céu, pronto e acabado. Em consequência disso, só precisaríamos abaixar-nos para apanhá-lo e dignar-nos viver! Não é porque prevalece essa condição que a infelicidade corre na terra? Tal atitude não leva a descarregar nos outros a preocupação de começar a fazer com que as coisas vão melhor, sem tentar agir por si próprio? (VERGELY, 2000).

Neste sentido, Moreira e Holanda (2010) ressaltam que o sofrimento é inerente ao homem. Inclusive ele traz sentido à vida em diferentes graus de intensidade ao longo da existência. E o desafio está em decidir o que fazer diante dele.

Libardi (2008, p. 135) enfoca que “o mais angustiante, para o homem moderno, e especialmente para os jovens, é a crise provocada pela falta de sentido e de significado da vida, o sentimento de vazio, e mais do que não a carência ou dificuldades para a consecução de outros bens”.

Vergely (2000) afirma que é impossível viver sem sofrer. A vida sempre esbarra com o peso do corpo e suas resistências, seus desgastes, suas paixões e até mesmo sua violência. Portanto, uma vez que a relação no mundo agride a existência humana e o sujeito se volta para a dor, faz à experiência do sofrimento.

Fizzotti (1998) relata que o sentido da vida passa pela presença da dor. Quando a dor é inevitável, que nos atinge com a força da fatalidade o dever do homem é enfrentá-la e superá-la.

Existem situações em que se está impedido de trabalhar ou de gozar a vida; o que, porém, jamais pode ser excluído é a inevitabilidade do sofrimento. Ao aceitar esse desafio de sofrer com bravura, a vida recebe um sentido até o seu derradeiro instante, mantendo este sentido literalmente até o fim. Em outras palavras, o sentido da vida é um sentido incondicional, por incluir até o sentido potencial do sofrimento inevitável (FRANKL 2000, p. 102).

As situações de sofrimento inevitável podem se transformar em oportunidades que permitem o ser humano alcançar o ponto mais alto da sua estatura moral. No entanto, o ser humano não recebe do berço a capacidade de sofrer, ela deve ser conquistada, adquirida e experimentada (FIZZOTTI, 1998).

Vergely (2000, p. 26) afirma que “é a vida através da dor que tem sentido e não a dor. E, por extensão, é a vida que dá sentido à dor e não a dor que dá sentido à vida”. Sob esta ótica, Frankl (1993) enfatiza que o sofrimento não é necessário ao ser humano, contudo, o sentido sempre é possível através e apesar do sofrimento.

Diante disso, é possível, a partir do sofrimento, o homem superar tanto a si mesmo quanto em relação ao próprio contexto e existência? A resposta é positiva, desde que seja desviado o foco da dor para além dela, ou seja, para as possibilidades de superação. Ao invés de se concentrar nas enfermidades, necessidades e deficiências do indivíduo, é preferível um modelo de prevenção e promoção de saúde com foco nas potencialidades tanto da pessoa quanto do meio em que está inserida (SILVEIRA e MAHFOUD, 2008).

Vergely (2000) ressalta que depois do choque brutal de um conflito, acontece de se retomar o próprio caminho vivendo-se positivamente este conflito como uma experiência necessária. Isto é válido para o luto. Após a perda de um ser querido e a dor que isso ocasiona, começa sempre o aprendizado da separação e a reconstrução da vida. A vida é feita de separações. É assim que ela se transmite. Os filhos não se separam dos pais a fim de fundar uma nova família? Querer retê-los não é matar o seu devir? E deixá-los seguir seu destino não é ao contrário respeitar sua liberdade e sua vida?

Sofrer tem dois sentidos. Sofrer quer dizer estar mal. Mas também quer dizer suportar. Em dar provas de paciência quando a doença, as deficiências físicas ou a iminência da morte estão presentes. Com o que isso pode comportar de dores. De dificuldade para viver as coisas mais simples. De angústia... Em resistir à adversidade. Aos conflitos. Às rupturas com outrem. À violência. Com o que isso pode comportar de tentação de querer responder a violência pela violência, e até pela vingança ou crueldade... Enfim, em assumir a prova do tempo e da vida. De uma vida percorrida pelo sofrimento do corpo. Pela violência dos homens. Pela tentação de desesperar-se perante a dor, a violência e o próprio desespero (VERGELY, 2000, p. 161).

Entretanto, Lukas (1989, p. 198) enfatiza que o sentido do sofrimento nem sempre é evidente, e quando evidenciado, se dá apenas num tempo tardio e, portanto, é limitativo. Geralmente, os exemplos são retirados da própria experiência, “donde se depreende que algum fato realmente doloroso em sua vida bem pode ter tido, a partir de uma visão mais tardia, um sentido que naquela ocasião não lhes era patente”.

Vergely (2000) no livro intitulado *O sofrimento* enfatiza o sentido do sofrimento sob a perspectiva de quatro idéias principais: o sofrimento seria um sinal, um saber, um salário ou uma salvação.

A ideia que diz respeito ao sofrimento como um sinal funda-se sobre uma comprovação: a dor física é um mal revelador de uma crise interna mas também de uma agressão externa que o corpo pode sofrer. Assim, torna-se necessário que ela exista, pois sem ela, não se poderia ter conhecimento do que se pode passar no interior do corpo, bem como dos limites em face do mundo exterior. É como uma espécie de órgão avisador que a natureza teria generosamente posto à disposição a fim de que haja prevenção. Se a dor não existisse, quase seria preciso inventá-la.

O autor descreve o discurso do professor de operações e de cirurgia clínica Marc Antoine Petit, pronunciado por ocasião da abertura do curso de anatomia e de cirurgia do hospital geral dos doentes de Lyon:

... a dor é o primeiro sentimento que nos faz perceber a vida. Ousarei mostrar-vos que a dor é útil [...]. Ela não é nossa inimiga e esse fruto amargo da natureza esconde o germe de um grande benefício; é um esforço salutar, um grito da sensibilidade pelo qual nossa inteligência é advertida do perigo que nos ameaça; é o raio que troa antes de fulminar; é o grito do edifício que ameaça cair em ruínas; sentinela vigilante, sem ela, a morte avançaria sobre nossas cabeças antes que tivéssemos suspeitado; amiga sincera, fere-nos para melhor nos servir (PETIT, 1799 citado por VERGELY, 2000, p. 44 - 45).

O sentido do sofrimento como saber refere-se à ideia de que na ausência de qualquer escola cabe à dor ser a primeira. Ensinando-lhes os primeiros fragmentos da reflexão assim como os primeiros elementos da maturidade, graças ao impacto com a adversidade. Neste sentido, o autor relata o exemplo de uma mãe frente ao filho rebelde que sem mais argumentos fala: “Bem, então faz as tuas experiências. Se não queres ser educado, a vida vai se encarregar de ti” (p.46).

O sofrimento como salário consiste em dizer que este é imprescindível por razões morais e sociais. A principal dessas razões reside no fato de dizer que é necessário sofrer para reparar suas faltas. O sofrimento permite reparar uma dívida, assim como permite comprar. É definitivamente uma moeda e esta troca social está ligada ao sofrimento reparador: “em vista dos erros do passado, é preciso passar por isso, é o preço a pagar” e ao sofrimento libertador: “sofram os hoje, amanhã seremos recompensados” (p. 46-47).

E por fim o autor relata o sofrimento como salvação, que tem um sentido social, econômico e metafísico. Afirma que a dor é um dos critérios imutáveis que revelam o valor

do homem, é a prova mais intensa desta sucessão de provas que se costuma chamar vida. É incontestavelmente necessário para que o homem possa superar-se, transfigurar-se. Seria, contudo errôneo ver nele algo de puramente infeliz, pois é ele que faz apreciar a existência. Sem ele não se teria consciência do preço das coisas. Aprende-se o valor da vida graças à força de contraste que o sofrimento pode trazer, “como num quadro, a sombra destaca a luz, o sofrimento faz ressaltar o valor” (p. 49).

Sob este prisma, o período do sofrimento pode ser enfrentado como uma chance de realização, pois o indivíduo tem a liberdade de escolher que atitude irá tomar diante de tal experiência. No livro *Em busca de sentido: um psicólogo no campo de concentração*, Frankl (2000, p. 66) enfatiza essa liberdade interior:

[...] e mesmo que tenham sido poucos, não deixou de constituir prova de que no campo de concentração se pode privar a pessoa de tudo, menos da liberdade última de assumir uma atitude alternativa frente às condições dadas. E havia uma alternativa! A cada dia, a cada hora no campo de concentração, havia milhares de oportunidades de concretizar esta decisão interior, uma decisão da pessoa contra ou a favor da sujeição aos poderes do ambiente que ameaçavam privá-la daquilo que é a sua característica mais intrínseca – sua liberdade.

A partir disso, é possível afirmar que o ser humano, independente da situação que se encontrar, mesmo a mais terrível, tem a responsabilidade de assumir no que acabará se tornando, pois esta liberdade espiritual permite que o mesmo, até o último instante, possa escolher em meio às várias possibilidades existentes agir de forma que sua vida tenha sentido.

[...] até no suportar há já, de algum modo, uma ‘realização’; uma vez pressuposto, é claro, que se trate de um autêntico suportar, isto é, de suportar um destino impossível de alterar pelo agir ou inevitável pela omissão. Só num ‘autêntico’ suportar como este temos uma realização, só este sofrimento de todo em todo inevitável é sofrimento pleno de sentido (FRANKL, 1986, p. 155).

De acordo com Brandão (2011, p. 9) “é possível descobrir no sofrimento inevitável a possibilidade de crescer como pessoa por meio dele. Perante o inevitável, mesmo que não seja possível fazer nada, é possível assumir uma postura, uma atitude dentro dessa experiência dolorosa”.

Sempre que estivermos diante de uma situação que não podemos modificar, existe ainda a possibilidade de mudar nossa atitude diante da situação, de mudar a nós mesmos, amadurecendo, crescendo para além de nós. Isto é igualmente válido para os três componentes daquela ‘triade trágica’ constituída por sofrimento, culpa e morte: o sofrimento pode ser transformado em realização, a culpa em mudança e a transitoriedade da existência humana num estímulo para uma atuação responsável (FRANKL, 1993, p. 80).

É na relação com a realidade que o ser humano descobre suas potencialidades, necessidades e as possibilidades de nela interferir; é no encontro com o real que se pode reconhecer a singularidade e unicidade de seu ser (LIBARDI, 2008).

Neste sentido, Frankl (2000) afirma que o ser humano interiormente pode ser mais forte que seu destino exterior e que sempre e em toda parte está colocado diante da decisão de transformar a sua situação de sofrimento numa realização interior de valores.

Para tanto, é necessário que o indivíduo não considere a vida ou o sofrimento como algo vazio, mas ao contrário é de fundamental importância fixar o olhar a um objetivo e através disso ser possível crescer no sofrimento e compreender a essência da existência humana. Frankl (2000, p. 95-96) afirma:

Ouso dizer que nada no mundo contribui tão efetivamente para a sobrevivência, mesmo nas piores condições, como saber que a vida da gente tem um sentido. Há muita sabedoria nas palavras de Nietzsche: “Quem tem um *por que* viver pode suportar quase qualquer *como*”.

Sendo assim, Vergely (2000) garante que quando não se têm os meios para viver o que se gostaria de viver e, no entanto, por outro lado, se possuem razões de viver, são essas razões que permitem adquirir os meios que nos faltam e, por isso mesmo, ‘aguentar’ a vida.

Nesta perspectiva, Frankl no livro *Psicoterapia e sentido da vida* (1986, p. 150), explica que quando determinada experiência não foi positiva ou não teve sucesso, isto não significa que a mesma não teve sentido:

Falta de êxito não significa falta de sentido. Isto torna-se evidente, por exemplo, quando se considera o próprio passado no que concerne à vida amorosa. Se alguém honestamente se interroga sobre se estaria disposto a passar sem as vivências amorosas mal sucedidas, a saber que estavam riscadas na sua vida as vivências desventuradas e dolorosas, - decerto diria que não; a plenitude da dor não foi uma não-plenitude de realização. Antes pelo contrário, foi na dor que amadureceu, foi nela que cresceu: a dor deu-lhe muito mais do que poderiam ter-lhe dado êxitos amorosos sem conta.

Portanto, é necessário conscientizar-se, à medida que é dada a oportunidade do ‘porque’ de sua vida, do seu alvo, para assim conseguir estar também interiormente à altura do terrível ‘como’ da existência presente e resistir ao que o destino lhe impõe. Frankl (2000, p.75) referindo-se aos horrores do campo de concentração relata: “... aí daquele que não via mais uma meta de vida diante de si, cuja vida não tinha mais conteúdo, mas perdia o sentido de sua existência e assim todo e qualquer sentido para suportar o sofrimento”.

Para Frankl (1991), o homem só se torna homem e só é totalmente ele mesmo quando absorvido pela dedicação a uma tarefa, quando se esquece de si mesmo a serviço de uma causa, ou no amor a uma pessoa. É como o olho, que só pode cumprir sua função de ver o mundo enquanto não vê a si próprio. O sentido tem um caráter objetivo de exigência e está no mundo, não no sujeito que o experiencia.

Da mesma forma, Moreira, Abreu e Oliveira (2006) enfatizam que o homem pode realizar suas potencialidades na autotranscendência quando encontra um sentido fora dele mesmo, no encontro autêntico com o outro. A experiência de ser com-o-outro como dimensão da existência possibilita a vivência da conduta moral – sempre concreta, situacional –, que por sua vez permite desvelar o sentido dos valores da existência com-o-outro.

Dessa forma, Moreira e Holanda (2010) ressaltam que o indivíduo que se eleva acima de si mesmo caminha para a maturidade. As circunstâncias extremas conduzem o sujeito a alcançar tanto a liberdade interior quanto a maturidade.

Encontrar sentido para as experiências da vida, estar no mundo com um objetivo, em prol de algo, conseguir dar um propósito para as atividades diárias e até mesmo encontrar significado para as dificuldades são alguns dos caminhos para dar sentido à vida (SOMMERHALDER, 2010, p. 271).

Para Frankl (1986), o ser humano pode encontrar um sentido para vida por meio de três categorias de valores: os valores criadores – que são realizados mediante o fazer, como o trabalho, por exemplo; os valores vivenciais – que são vivenciados por meio dos sentidos, da beleza presente na natureza ou na arte, por exemplo; e os valores de atitude – que são realizados diante de algo inelutável, de situações inevitáveis, como uma doença incurável ou a perda de um ente querido. “O homem realiza, criando, os valores criadores; experimentando vivências, os valores vivenciais; e, sofrendo, os valores de atitude. Sucede, além disso, que o sofrimento tem um sentido imanente” (FRANKL, 1986, p. 151). Vale salientar que ter um sentido não só gera felicidade, mas também torna o homem apto para o sofrimento (FRANKL, 1992).

Só quando o homem já não tem nenhuma possibilidade de realizar valores criadores; só quando ele já não está realmente em condições de configurar seu destino, só então pode realizar os valores de atitude; só nessa altura tem algum sentido ‘carregar a sua cruz’. A essência de um valor de atitude reside precisamente no modo como um homem se submete ao irremediável (FRANKL, 1986, p. 155).

O sofrimento convida à descoberta de valores de atitude de tal forma que, encontrando um sentido naquela circunstância dramática, o homem faz a experiência de realizar sua

humanidade e de se libertar no sofrimento. Experimentando a dor, a impotência diante de uma dor inevitável a pessoa pode descobrir, por meio de sua liberdade, uma possibilidade de enfrentá-lo com dignidade (BRANDÃO, 2011).

“Dependendo da atitude que tomar, a pessoa realiza ou não os valores que lhe são oferecidos pela situação sofrida e pelo seu pesado destino. Ela então será ‘digna do tormento’, ou não” (FRANKL 2000, p. 68).

De acordo com Libardi (2008), a existência humana representa uma maneira especial de ser pessoa, significa um absoluto ser – diferentemente. Assim, cada homem é único e irrepetível e tem um modo próprio de existir, um ser assim que lhe permite responder a circunstâncias irrepetíveis, afirmando valores que só ele seria capaz de fazer, naquele momento, daquela maneira.

“As escolhas implicam no resultado, o que aproxima sentido de responsabilidade. Quem escolhe é responsável pelas consequências e não pode atribuir o resultado das suas opções ao destino, a Deus, a um superior hierárquico na sociedade” (CARVALHO, 2010, p. 10).

É própria do ser humano a capacidade de decidir, de agir e, assim, de responsabilizar-se. Uma das manifestações da natureza humana é a capacidade de agir com autonomia e de posicionar-se diante da realidade com autodeterminação. Ser responsável quer dizer assumir decisões e atitudes dentro das circunstâncias concretas da vida, afirmar valores e posicionamentos, a partir de critérios que são identificados pela consciência (LIBARDI, 2008).

Parece assustador saber que o indivíduo é responsável por cada momento seguinte; que cada decisão, seja ela qual for, é uma decisão ‘para toda a eternidade’. E mais, em cada momento é capaz de realizar ou desperdiçar uma possibilidade, possibilidade de momento. E cada instante é permitido infinitas possibilidades! E é possível escolher apenas uma, e as demais serão então condenadas e rejeitadas para sempre (MOREIRA; HOLANDA, 2010).

O ser humano é responsável, porque é livre, porque é um ser que decide, escolhe como proceder em sua existência. A liberdade é a capacidade do homem de conduzir-se a si mesmo, de estabelecer, orientado pela consciência, os critérios que nortearão seus atos e escolhas, de decidir-se pelo bem (LIBARDI, 2008, p. 129).

Para Frankl (1993), a consciência é um órgão de sentido que pode ser definida como a capacidade de procurar e descobrir o sentido único e exclusivo oculto em cada situação. A maturidade como meta de todo indivíduo se dá de maneira espontânea, quando seguimos a

nossa consciência - que aponta para um sentido – que nos orienta a organizar o nosso futuro e intervir sempre que seja possível, mas que, além disso, exige de nós a disposição para carregar, quando chegar a hora, o peso do nosso dia-a-dia e dar ao sofrimento um sentido verdadeiro (LIBARDI, 2008). “Portanto, a vida do ser humano é todo um peregrinar, onde a meta é o sentido da própria vida. É vivendo que vamos construindo o caminho e, conforme o modo como vivemos, pode ser o bom ou o mau caminho, somos responsáveis pela nossa meta” (LIBARDI, 2008, p. 127).

Fizzotti (1998) afirma que a carga desumanizante que está implícita na concretude objetiva do sofrimento é descarregada quando alguém assume diante da mesma uma atitude ontológica: a pessoa deve estar consciente de que, buscando descobrir um sentido para a dor, pode dar o mais elevado testemunho moral. Neste mesmo sentido, Vergely (2000, p. 37) argumenta que “é paradoxalmente sofrendo que sempre se encontraram as forças para sofrer”.

A capacidade de sofrer é muito significativa para o amadurecimento da personalidade. Está totalmente confiada à sua livre decisão. Quando o indivíduo assume o sofrimento como uma missão, ele pratica ao mesmo tempo uma renúncia e uma escolha. Assumindo as privações que lhe são impostas, supera moralmente a tirania do destino e faz uma escolha de auto-amadurecimento numa doação livre. Enfrentado sob esta perspectiva, o sofrimento se transforma em sucesso (FIZZOTTI, 1998). “Sofrer, então, não significa apenas esforçar-se, crescer e amadurecer, mas igualmente enriquecer-se” (FRANKL, 1978, p. 241).

De acordo com Lukas (1990), a capacidade do ser humano para ultrapassar o sofrimento depende da intensidade de sua realização interna de sentido. Quem basicamente acredita num sentido na sua vida, também é capaz de suportar um grande sofrimento, porque sua vida permeada de sofrimento, apesar de ter seu prazer reduzido, não perde seu sentido.

A vida do ser humano só adquire sentido quando este se supera, transcende o seu existir e se apreende como uma parte constituinte de um todo, por meio do reconhecimento de si mesmo como um elemento relevante para sua constituição. Por conseguinte, o reconhecimento do valor que adquire a existência de um ser para o seu entorno circundante confere sentido à sua vida (MOREIRA; ABREU; OLIVEIRA, 2006).

Nessa profunda dimensão do seu eu, nós sabemos que não apenas somos, mas a cada momento devemos decidir o que seremos. Quando somos despojados de tudo o que temos, isto é, família, amigos, influência, *status*, bens, etc., ninguém nos pode tirar a liberdade de tomar a decisão do que nos devemos tornar, porque essa liberdade não é algo que possuímos, mas algo que somos. Por isso mesmo, todo homem tem o poder e a liberdade de elevar-se acima do seu próprio eu e de tornar-se um ser humano muito melhor... A maturidade como capacidade de confronto com o sofrimento humano é possível, quando encontramos um sentido no sofrimento e

evitamos que ele seja destrutivo, isto é, o que destrói o ser humano não é o sofrimento, é o sofrimento sem sentido (LIBARDI, 2008, p. 136).

Sendo assim, a dor só é desumanizadora quando suportada passivamente, de modo que, quando é assimilada em vista de um objetivo, destinando-a como dom para alguém ou para alguma coisa, realiza a sua dimensão oblativa, numa gratuidade completa (FIZZOTTI, 1998). “O sofrimento de certo modo deixa de ser sofrimento no instante em que encontra um sentido, como o sentido de um sacrifício” (FRANKL 2000, p. 101).

Considerando que “é possível tirar um sentido até do sofrimento, embora com esforço; isto significa, portanto, que o sentido potencial da vida é incondicional” (FRANKL 1993, p. 81). Este sentido incondicional, contudo, encontra paralelo no valor incondicional que cada indivíduo possui. Assim como a vida permanece potencialmente significativa sob quaisquer circunstâncias, mesmo as mais miseráveis, também o valor de cada pessoa, sem exceção, a acompanha. E é isto que garante o fato inapagável da dignidade humana (FRANKL, 2000).

Portanto, quando o indivíduo encontra sentido no sofrimento enfrenta-o com dignidade. Fato este que leva o ser humano a assumir a responsabilidade de escolha e a alcançar a maturidade interior, “pois quando já não somos capazes de mudar uma situação, somos desafiados a mudar a si próprios” (FRANKL, 2000, p. 101).

Frankl diante da experiência nos campos de concentração parecia ter uma preocupação diferente da maioria de seus companheiros:

A pergunta deles era: ‘Será que vamos sair com vida do campo de concentração? Caso contrário, todo esse sofrimento não tem sentido’. A pergunta que atormentava a mim era: ‘Será que tem sentido todo esse sofrimento, toda essa morte ao nosso redor? Caso contrário, não faz sentido sobreviver’. Uma vida cujo sentido depende de semelhante eventualidade – escapar ou não escapar – em última análise, nem valeria a pena ser vivida (FRANKL, 2000, p. 68).

A vida, diz Frankl (1978), continuará dotada de sentido, mesmo se desaparecerem todas as tradições e mesmo se nenhum valor se mantiver. O sentido não é moldado pela mente, mas a mente pelo sentido. Quando encontrado, em vez de criar um sentido, a mente tem de submeter-se a ele. O sentido da vida não é uma concepção cultural, mas sim uma realidade ontológica. Simplesmente existe: trata-se apenas de encontrá-lo. Nenhum sujeito inventa o sentido da vida: cada um é cercado e impulsionado pelo sentido da própria vida. O sentido não pode ser dado ou criado, mas deve ser encontrado. E mais, o sentido não só deve ser achado, como ele pode ser achado.

Ratificando o que Frankl afirma no parágrafo acima, Libardi (2008, p. 137) diz que “a vida já tem um sentido desde o momento em que somos presentes no mundo, embora possamos não estar conscientes disso. A tarefa de cada um é o amadurecimento”.

A partir do momento que o ser humano passa a refletir sobre sua vida e atribui um significado a ela, mesmo diante da fragilidade do ser, é possível ultrapassar os obstáculos e não ser vencido por ele. “Quando considero o modo humano de ser, não tenho como desconhecer o fracasso, mas posso evitar ser dominado por ele” (CARVALHO, 2006, p. 52).

Logo, o desejo de cumprir uma meta, de transmitir uma mensagem, de partilhar, além de ajudar a transpor a crise existencial da finitude, alimenta o anseio pela vida. Isto é, ter para quem e para quê voltar, faz buscar formas de prosseguir e capacita-se o indivíduo a elevar-se acima dos seus problemas imediatos, a transformar as dificuldades em desafios a serem superados, a relacionar-se com uma dimensão indestrutível e fundamental do seu ser. Nessa ótica, ser capaz de investir em direção ao significado existencial constitui um indicador de maturidade psicológica, entendendo-se que, somente com um compromisso para além de si próprio, o ser humano caminhará rumo à meta da sua maturidade (LIBARDI, 2008).

Carvalho (2010) ressalta que significar o sentido coloca o indivíduo em condição de pensar melhor em que consiste a sua realização. Torna-o mais preparado para reorientar a sua direção ou mesmo refazê-la se a vida o atinge com a lança do acaso. Prepara-o para as adversidades, sendo assim possível recomeçar apesar das dores, e talvez até torna-o melhor e mais tolerante depois de maltratado pelo acaso. O modo como é reorientado o sentido é a base do desenvolvimento pessoal.

Encontrar sentido está relacionado a um equilíbrio entre perdas e ganhos, dar significado para as atitudes e os eventos cotidianos e ter um propósito na vida. Vários fatores influenciam a percepção de sentido na vida. Os fatores internos, que estão ligados ao desenvolvimento do indivíduo, podem ser: personalidade, estratégias de enfrentamento, religiosidade, espiritualidade, sentimento de pertencimento, história de vida; já os fatores externos, que pertencem ao meio e corroboram o significado que as pessoas dão à vida, relacionam-se a: oportunidades sociais, trabalho, renda, lazer, suprimento das necessidades básicas de sobrevivência e segurança (SOMMERHALDER, 2010, p. 271).

Definitivamente, a possibilidade de sentido já se faz presente na essência do existir, basta, apenas, decidir encontrá-la. Längle (1992, p. 47-48) no capítulo *A vivência-do-ser como chave da experiência-de-sentido* do livro *Dar sentido à vida*, relata as anotações em forma de diário de Louise Rinser no qual ela descreve perfeitamente esta tomada de decisão: “*Obrigome a viver ‘aqui e agora’. Esta é a hora; este, o lugar. Com isto aprendo muita coisa. E aprendo de saída o que é mais difícil. Ponho-me a caminhar, por exemplo, ao entardecer,*

pela Via della Croce, quando todas as pessoas se encontram na rua. Ela já é de si bastante estreita, não possui calçadas e para todo o lado há carros estacionados. Só com muita dificuldade se consegue prosseguir na caminhada. Pessoas batem na gente com bolsas de mão. Automóveis buzinando atordoam nossos ouvidos. No meio da rua, numa esquina, três senhoras, vestidas a rigor da moda, tagarelam e obstruem a passagem, sem maiores preocupações. Eu estou nervosa. Lembro-me, então de Kohelet. Também isto aqui é vida. Digo-o a mim mesma e acrescento: ‘Agarra-a, contempla-a, deixa que penetre completamente em teu íntimo, mistura-te com ela e experimenta como é maravilhoso estar em meio à vida. Tu vives agora. Quem sabe quanto tempo ainda te resta?’

É uma fórmula mágica. Tudo passa a ter sentido, tudo me diz respeito, tudo me pertence, eu amo tudo isto, porque é vida (...). Aceita-a, introduze-te nela, faze-te parte dela.

Deste modo dia após dia vou aprendendo algo novo. Não aprendo apenas o que parece fácil, como segurar na mão o instante belo e indolor, mas também o instante que se me apresenta inadequado, desagradável, doloroso. Viver aqui e agora – ou sequer viver’”.

Assim sendo, assegura-se que “No decurso da vida, os minutos que vivemos têm algo único, porque são efêmeros. A eternidade constrói-se no que passa” (VERGELY, 2000, p. 21).

Diante do exposto, afirma-se que cada instante vivido tem um sentido. Em meio ao cotidiano, seja qual for experiência do ser, mesmo frente a um grande sofrimento, que num primeiro momento parece sem sentido encontra-se de alguma forma uma possibilidade, uma decisão a ser tomada.

4 ESTUDOS EMPÍRICOS

Tendo em vista as considerações teóricas supracitadas em capítulos anteriores, essa seção será dedicada aos estudos empíricos. Para uma melhor sistematização, foi dividido em dois estudos que visam atingir os objetivos pré-estabelecidos. Assim, o primeiro estudo foi planejado para construção e validação de uma escala sobre o sofrimento humano e o segundo para comparar matrizes religiosas em função da presença e busca de sentido bem como comparar as atitudes perante o sofrimento.

4.1 ESTUDO 1: VALIDAÇÃO DA ESCALA

O objetivo desse primeiro estudo foi construir e validar um Questionário de Atitude Perante o Sofrimento (QAPS). A hipótese é a de que os itens se reunirão em fatores que representem as atitudes distintas perante o sofrimento.

4.1.1 Método

Participantes

A mostra foi constituída por 319 (trezentos e dezenove) participantes (formada pela população em geral), dos quais a maioria era do sexo feminino (70,5%) com idade média de 27,07 anos ($dp = 7,94$) e amplitude de 18 a 57 anos. Com relação ao estado civil, 69,6% eram solteiros, 22,3 % casados, 4,7% divorciados/separados e 3,4 % tinham uma união estável (convivente).

Os entrevistados eram provenientes dos seguintes lugares: Paraíba (88,3%), Piauí (2,4%), Ceará (1,8%), São Paulo (1,8%), Pernambuco (1,5%), Bahia (0,6 %), Espírito Santo (0,6%), Distrito Federal (0,3%), Goiás (0,3%), Minas Gerais (0,3%), Pará (0,3%), Rio de Janeiro (0,3%), Sergipe (0,3%) e 1,2% não responderam a sua procedência. No que se refere a escolaridade 42,9% possuíam o ensino superior incompleto, 31,3% já tinham o ensino superior completo, 12,5% tinham completado o ensino médio, 11% estavam cursando uma pós graduação, 1,3% técnico, 0,6% possuíam o ensino fundamental completo e e 0,3% ensino médio incompleto. No que se refere a auto atribuição religiosa, 54,9% se consideraram

católicos, 26% protestantes, 12,5 % não possuíam religião, 2,8% espíritas, 0,9% agnóstica, 0,9% deísta, 0,9% ateus, 0,6% budistas e 0,3% mórmon.

Instrumentos para coleta de dados

Questionário de Atitude Perante o Sofrimento (QAPS) (Anexo B): Esse instrumento foi construído a partir da perspectiva teórica da Logoterapia e Análise Existencial (FRANKL, 1978, 1986, 2011) com o objetivo de aferir as atitudes concernentes ao sofrimento. Em sua versão original, foi constituído por 22 (vinte e dois) itens contendo afirmações positivas e negativas perante o sofrimento, como por exemplo: *Há uma finalidade no sofrimento, embora nem sempre seja compreensível; O sofrimento retira o sentido da vida.* Para respondê-lo, a pessoa deve ler cada item e indicar o valor que atribui dentro de uma escala de avaliação de 5 pontos, com os extremos: 1= discordo totalmente e 5= concordo totalmente.

Questionário sócio-demográfico (Apêndice B): Foi utilizado um conjunto de itens com a finalidade de obtenção de características sociodemográficas da população estudada. O instrumento contém questões relativas ao sexo, idade, escolaridade, estado civil e religião.

Procedimentos Éticos

A seguinte pesquisa foi submetida à apreciação do Comitê de Ética em Pesquisa em Seres Humanos (CEP) da Universidade Federal da Paraíba (UFPB) e aprovada (Número do protocolo: 13310813.6.0000.5183). Durante a execução da pesquisa, foram salvaguardados todos os procedimentos éticos para a realização de pesquisas, previstos na resolução 466/12 do Conselho Nacional de Saúde (CNS). Além de, por meio do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE), oferecer aos participantes a ciência de que a sua participação no estudo é voluntária e caso decida não participar do estudo ou resolver, a qualquer momento, desistir do mesmo, não sofrerá nenhum dano (Apêndice A).

Procedimentos para Coleta de Dados

Após aprovação pelo Comitê de Ética, foi construído um site contendo as instruções pertinentes a pesquisa e os instrumentos em formato on-line. O *site* foi construído a partir da tecnologia Google docs, especificamente o recurso forms. Os sujeitos foram recrutados por e-mails e redes sociais virtuais e convidados a acessar o site para fornecer suas respostas, seguindo todas as recomendações éticas de pesquisa com seres humanos.

Procedimentos para a Análise de Dados

Após a coleta dos dados, foi realizada a tabulação dos dados como também as análises estatísticas por meio do SPSS (Statistical Package for the Social Sciences), utilizou-se inicialmente a análise fatorial para verificar a fatorabilidade dos itens do instrumento e a sua precisão foi aferida posteriormente mediante a verificação do índice do alfa de Cronbach.

4.1.2 Resultados

PARÂMETROS PSICOMÉTRICOS DO QUESTIONÁRIO DE ATITUDE PERANTE O SOFRIMENTO (QAPS)

Inicialmente buscou-se compreender a fatorabilidade do instrumento proposto. Para essa finalidade, verificou-se a adequação em se realizar uma análise fatorial no conjunto de 22 itens que compõem a escala, o que foi prontamente confirmado através dos índices de KMO = 825; e o teste de Esfericidade de Bartlett, $\chi^2 (231) = 1604,319$, $p < 0,0001$. Após essa constatação, procedeu-se a uma análise dos fatores principais com rotação varimax, sem fixar previamente o número de fatores.

Dessa forma, Conforme se pode constatar por meio da Figura 1, emergiram dois fatores que juntos explicam 32,834% da variância total, atendendo tanto ao critério Kaise, apresentando *eigenvalues* superiores a 1, quanto ao o critério de Cattell. Dessa forma, parece plausível assumir uma estrutura bifatorial.

Figura 1. Representação gráfica dos *eigenvalues* do Questionário sobre Atitude Perante o sofrimento (QAPS).

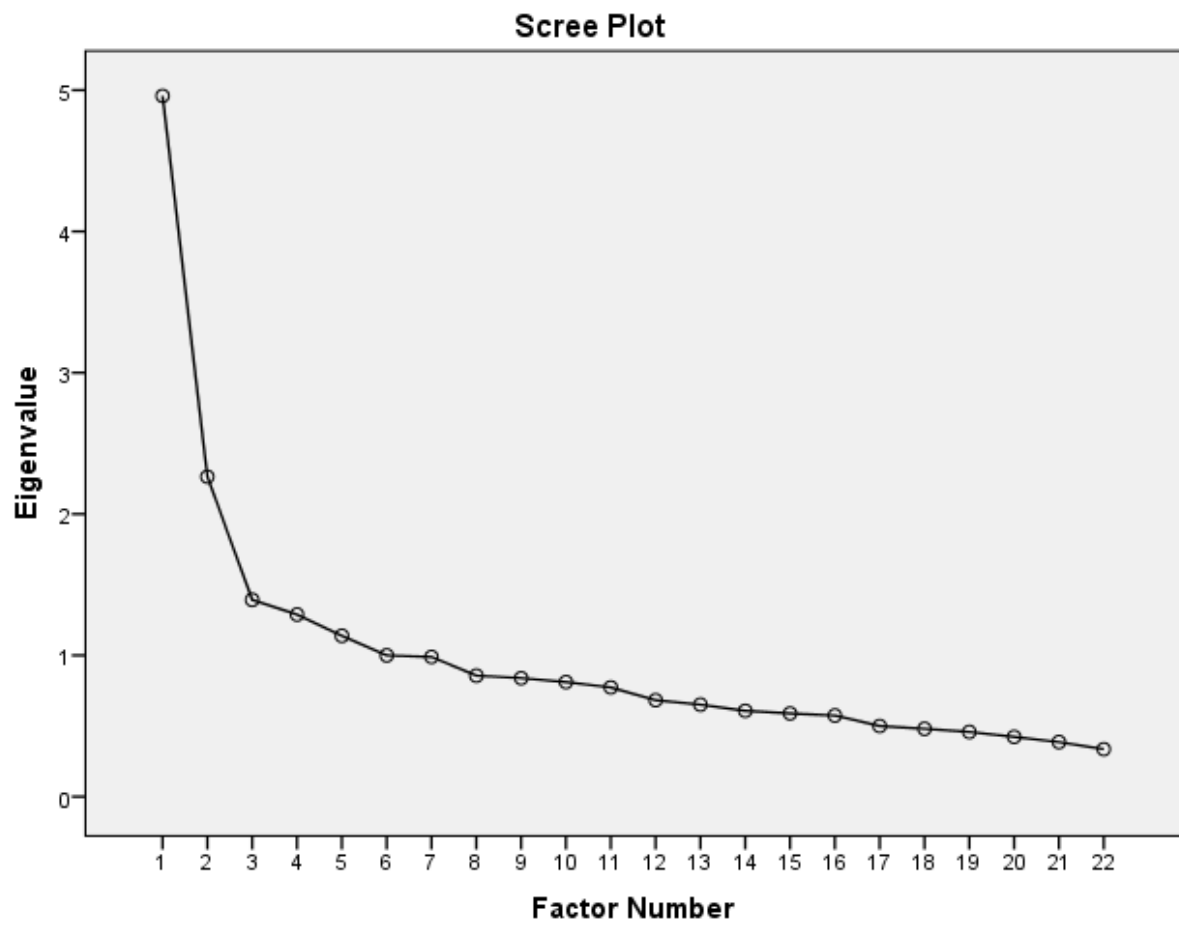


Tabela 1. Análise Fatorial dos Eixos Principais do Questionário sobre Atitude Perante o Sofrimento (QAPS).

Itens	Fator	
	I	II
22. A fé pode ajudar ao ser humano a enfrentar e suportar o sofrimento.	0,65*	-0,02
07. Há uma finalidade no sofrimento, embora nem sempre seja compreensível.	0,61*	-0,05
17. É necessário buscar e encontrar um sentido no próprio sofrimento.	0,61*	-0,13
11. Sempre há um lado positivo no sofrimento.	0,59*	-0,17
10. A religiosidade ajuda a pessoa a compreender e aceitar o sofrimento.	0,54*	0,07
09. O sofrimento faz parte do mistério da vida.	0,54*	0,03
18. O sofrimento faz parte da vida.	0,53*	-0,25
05. O sofrimento tem um significado para a existência humana.	0,53*	-0,18
13. Deus apenas permite o sofrimento quando sabe que a pessoa poderá suportá-lo.	0,52*	0,06
01. O sofrimento é uma oportunidade para o crescimento interior da pessoa.	0,52*	-0,15
02. O sofrimento transforma uma pessoa em um ser humano melhor.	0,49*	-0,18
20. É necessário enfrentar o sofrimento com bravura (coragem).	0,46*	0,06
12. É necessário encontrar razões (motivos) para superar qualquer sofrimento.	0,42*	0,05
15. O ser humano pode transformar o seu sofrimento em uma realização.	0,39*	-0,11
19. O sofrimento retira o sentido da vida.	-0,12	0,59*
21. O sofrimento faz a vida parecer algo absurdo (sem sentido).	-0,06	0,54*
08. O sofrimento extingue (apaga) os dias felizes.	-0,17	0,52*
06. O sofrimento sempre leva o ser humano ao desespero.	0,09	0,52*
03. Constantemente pergunto: “para que serve o sofrimento?”	0,06	0,32*
16. Em casos de acidentes graves é melhor morrer do que viver sofrendo.	-0,07	-0,32*
14. A pessoa deve sempre procurar o prazer e evitar a dor e o sofrimento.	-0,01	0,28
02. Há pouco sentido no sofrimento	-0,17	0,19
Número de itens	14	6
Eigenvalues	5,0	2,3
% de variância explicada	22,5	10,3
Alfa de Cronbach (α)	0,84	0,64

Nota: [* 0,30] Carga fatorial mínima para considerar o item pertencente ao fator. Fator I = Atitude positiva perante o sofrimento; Fator II = Atitude negativa perante o sofrimento.

O primeiro fator agrupou 14 itens, com saturação variando de 0,65 (A fé pode ajudar ao ser humano a enfrentar e suportar o sofrimento) a 0,39 (O ser humano pode transformar o seu sofrimento em uma realização). Apresentou valor próprio de 5,0; explicando 22,5% da variância total. A consistência interna deste fator foi conferida através do alfa de Cronbach, que resultou num coeficiente de 0,84, este fator foi denominado de atitude positiva perante o sofrimento.

O segundo fator reuniu 6 itens, com saturação de 0,59 (O sofrimento retira o sentido da vida) a -0,32 (Em casos de acidentes graves é melhor morrer do que viver sofrendo). Seu valor próprio foi de 2,3 e explicou 10,3% da variância total. A consistência interna deste fator (alfa de Cronbach) foi de 0,64, sendo concebido como atitude negativa perante o sofrimento.

4.1.3 Discussão

O objetivo do primeiro estudo foi o de construir uma escala de atitude perante o sofrimento e verificar a sua fatorabilidade. Concebe-se que esse objetivo foi plenamente realizado, sendo necessário evidenciar a limitação da amostra em questão, que foi por conveniência. No entanto, não foi objetivo dessa pesquisa generalizar seus resultados. Por outro lado, a construção dos itens tomou por base uma teoria específica e também tem o mérito de propor uma escala para aferir a Atitude Perante o Sofrimento, um construto pouco estudado em contexto brasileiro, já que se consta uma ausência de instrumentos nessa área.

Com relação a sua estrutura, apresenta-se como bifatorial, distinguindo atitudes perante o sofrimento, uma negativa e outra positiva. Ademais as suas consistências internas, aferidas por meio do alfa de Cronbach, foram consideradas meritorias, 0,64 e 0,84. Em geral a literatura considera pertinentes os alfas iguais ou superiores a 0,70 (NUNNALLY, 1991). Apenas o segundo fator ficou um pouco aquém do recomendado, o que pode ser atribuído a natureza do próprio constructo.

Conclui-se, portanto, que o QAPS possui parâmetros psicométricos aceitáveis, sendo útil para avaliar o construto em questão. Entretanto, sugere-se que novos estudos possam comprovar a sua validade de construto reunindo provas mais consistentes.

4.2 ESTUDO 2: CORRELATOS DOS QUESTIONÁRIOS: SOBRE ATITUDE PERANTE O SOFRIMENTO E SOBRE O SENTIDO DA VIDA

O objetivo desse segundo estudo foi averiguar as relações entre a atitude perante o sofrimento, a percepção do sentido da vida em função das matrizes religiosas: cristã e budista. Em seguida, o leitor poderá observar tanto os aspectos metodológicos quanto os resultados dessa pesquisa.

4.2.1 Método

Participantes

Foi composto por 111 (cento e onze) participantes, sendo 51 Praticantes do Budismo¹ e 60 Cristãos (30 Católicos e 30 Evangélicos). A maioria era do sexo feminino (53,3%), com idade média de 37,3 anos ($dp = 11,58$) e amplitude de 19 a 63 anos. Com relação ao estado civil 35,1% eram solteiros, 53,2 % casados, 5,4% divorciados/separados e 6,3 % outro.

Os entrevistados eram provenientes de vários estados do território brasileiros: Paraíba (63,1%), Piauí (1,8%), São Paulo (10,8%), Pernambuco (0,9%), Bahia (0,9%), Goiás (0,9%), Minas Gerais (7,2%), Paraná (1,8%), Rio de Janeiro (5,4%), Rio Grande do Sul (5,4%), Rio Grande do Norte (0,9%) e Tocantins (0,9%). No que se refere a escolaridade 12,6% possuíam o ensino superior incompleto, 27,9% já tinham o ensino superior completo, 20,7% tinham completado o ensino médio, 6,3 ensino médio incompleto, 8,1% estavam cursando uma pós graduação, 12,6% já tinham concluído a pós-graduação, 4,5% técnico, 7,2% ensino fundamental. No que se refere a auto atribuição religiosa, 27,0% se consideraram católicos, 27,0% evangélicos, 45,9 % praticantes do budismo.

Instrumentos para coleta de dados

Questionário de Atitude Perante o sofrimento (QAPS) (Anexo B): Esse instrumento foi construído a partir da perspectiva teórica da Logoterapia e Análise Existencial (FRANKL, 1978, 1986, 2011) com o objetivo de aferir as atitudes concernentes ao sofrimento. Em sua versão original, foi constituído por 22 (vinte e dois) itens contendo

¹ São pessoas que frequentam outras matrizes religiosas, como por exemplo, católicos, evangélicos, espíritas, e que praticam o budismo.

afirmações positivas e negativas perante o sofrimento, como por exemplo: *Há uma finalidade no sofrimento, embora nem sempre seja compreensível; O sofrimento retira o sentido da vida*. Para respondê-lo, a pessoa deve ler cada item e indicar o valor que atribui dentro de uma escala de avaliação de 5 pontos, com os extremos: 1= discordo totalmente e 5= concordo totalmente.

Questionário sobre o sentido da vida (QSV) (Steger, Frazier, Oishi & Kaler, 2006). (Anexo C): Este instrumento contém 10 (dez) itens para ser avaliado numa escala de 7 (sete) pontos, sendo 1 = totalmente falso e 7 = totalmente verdadeiro. O instrumento apresenta dois fatores: fator presença de sentido, com alfa = 0,82 (ex.: *eu compreendo o sentido da minha vida*) e o fator busca de sentido, com alfa = 0,87 (ex.: *eu estou procurando alguma coisa que faça com que minha vida tenha sentido*). Uma adaptação desse instrumento para um contexto brasileiro foi realizada por Aquino, Gouveia, Aguiar, Serafim, Pontes, Pereira, e Fernandes, A. S. (2012).

Questionário sócio-demográfico (Apêndice B): Foi utilizado um conjunto de itens com a finalidade de obtenção de características sociodemográficas da população estudada. O instrumento contém questões relativas ao sexo, idade, escolaridade, estado civil e religião.

Procedimentos para Coleta de Dados

No momento da coleta, os participantes assinaram o TCLE, após serem informados, adequadamente, dos objetivos do estudo e da garantia do anonimato e após ter conhecido e concordado com os itens do termo (Apêndice A).

Já na coleta referente aos Praticantes do Budismo, foi construído um site contendo as instruções pertinentes a pesquisa e os instrumentos em formato on-line. O *site* foi construído a partir da tecnologia Google docs, especificamente o recurso forms. Os sujeitos foram recrutados por e-mails e redes sociais virtuais e convidados a acessar o site para fornecer suas respostas, seguindo todas as recomendações éticas de pesquisa com seres humanos.

Procedimentos para a Análise de Dados

Após a coleta dos dados, foi realizada a tabulação dos dados como também as análises estatísticas por meio do SPSS (Statistical Package for the Social Sciences). Utilizou-se também ANOVA (teste Post hoc de Bonferroni), como meio de verificar as possíveis

diferenças entre as médias das variáveis propostas pelo presente estudo. Também utilizou-se a correlação de Pearson para verificar as associações entre os instrumentos administrados.

4.2.2 Resultados

Nesta seção serão apresentados os resultados da segunda pesquisa realizada na presente dissertação tendo como único objetivo descrever os resultados estatísticos das relações entre as variáveis em estudo. Dessa forma, Procedeu-se uma ANOVA (teste Post hoc de Bonferroni), considerando como variável antecedente a auto atribuição religiosa dos respondentes (cf. Tabela 1). Dessa forma, pôde-se verificar na Atitude Positiva Perante o Sofrimento, uma diferença entre católicos ($m = 57,9$; $dp = 7,08$) e evangélicos ($m = 58,9$; $dp = 5,81$); evangélicos e os praticantes do budismo ($m = 52,8$; $dp = 8,10$); sugerindo que os praticantes do budismo apresentam menor média de Atitude Positiva perante o Sofrimento quando comparados a evangélicos e católicos [$F(2) = 8,45$; $p = 0,0001$]. Com relação à Atitude Negativa, o teste *Post Hoc* de Bonferroni não sugeriu nenhuma diferença significativa entre as médias.

Tabela 2. Médias e Desvios Padrões das Atitudes Positiva e Negativa Perante o Sofrimento em Função da Auto Atribuição Religiosa.

	Atitude perante o sofrimento			
	Positiva		Negativa	
	<i>m</i>	<i>dp</i>	<i>m</i>	<i>dp</i>
<i>Religião</i>				
Católica	57,9	7,08	19,7	4,43
Evangélica	58,9	5,81	18,9	5,55
Budista	52,8	8,10	17,1	4,49
	$F(2) = 8,45$		$F(2) = 3,25$	
	$p = 0,0001$		$p = 0,043$	

No que se refere ao sentido da vida, efetuou-se também uma ANOVA, encontrando, segundo o teste de Bonferroni, no fator Presença de Sentido unicamente diferenças entre as médias dos evangélicos ($m = 31,5$; $dp = 4,05$) e dos budistas ($m = 25,4$; $dp = 7,36$). Já no fator Busca de Sentido, a diferença ocorre entre evangélicos ($m = 14,3$; $dp = 8,75$) e católicos ($m = 21,8$; $dp = 8,41$); bem como entre evangélicos ($m = 14,3$; $dp = 8,75$) e budistas ($m = 21,6$; $dp = 8,55$). O leitor poderá observar esses resultados na Tabela 2.

Tabela 3. Médias e Desvios Padrões do Sentido da Vida em Função da Auto Atribuição Religiosa.

	Sentido da Vida			
	Presença		Busca	
	<i>m</i>	<i>dp</i>	<i>m</i>	<i>dp</i>
<i>Religião</i>				
Católica	27,8	5,45	21,8	8,41
Evangélica	31,5	4,05	14,3	8,75
Budista	25,4	7,36	21,6	8,55
	$F(2) = 9,32$		$F(2) = 8,20$	
	$p = 0,0001$		$p = 0,0001$	

Correlação do sentido da vida e as atitudes perante o sofrimento

Considerando que um dos objetivos dessa pesquisa foi conhecer as relações entre o sentido da vida e as atitudes perante o sofrimento, foram realizados os cálculos de correlação entre essas variáveis. Foi constatada uma associação entre a presença de sentido e a Atitude Positiva Perante o Sofrimento ($r = 0,21$; $p < 0,03$) e uma correlação negativa entre a busca e a realização de sentido ($r = 0,34$, $p < 0,0001$).

4.2.3 Discussão

No que diz respeito a atitude positiva perante o sofrimento verificou-se que as médias entre os Católicos, os Evangélicos e os Praticantes do Budismo diferenciam entre si. Quem possui a maior média de atitude positiva perante o sofrimento são os Evangélicos ($m = 58,9$; $dp = 5,81$), seguidos dos Católicos ($m = 57,9$; $dp = 7,08$) e por fim os Praticantes do Budismo ($m = 52,8$; $dp = 8,10$).

Esse resultado pode ser mais bem compreendido em função do estilo de adesão religiosa. A cosmovisão oferece uma explicação para o sofrimento humano. Para o cristianismo o sofrimento pode adquirir um sentido positivo pra a existência humana a partir da sua compreensão de um sentido religioso que transcende a própria condição do homem que sofre (KÜNG, 2004).

Da mesma forma, Frankl (2011) ressalta a atitude positiva perante o sofrimento, quando afirma que o importante é a atitude que o indivíduo assume diante de sua condição, a atitude que escolhe ter em meio ao seu sofrimento. Ou seja, a realização do sentido potencial do sofrimento.

Não obstante, os praticantes do Budismo possuem a menor média na atitude positiva perante o sofrimento quando comparados aos grupos de cristãos, o que sugere que para o budista o sofrimento parece ser um obstáculo para o seu autodesenvolvimento. Dessa forma, o sofrimento deve ser eliminado por meio da supressão do apego. Para o budista, o apego é a causa do sofrimento humano, assim, eliminando o apego, elimina-se também o sofrimento. De acordo com Beisert (2013), o Buda reconheceu que o desejo é uma força poderosa e que a busca pelo prazer está profundamente enraizada na mente dos seres humanos.

O que é fundamental na abordagem do Buda, é que o problema que ele ataca é o sofrimento humano na sua totalidade, e a solução que ele oferece é algo que os seres humanos podem fazer por si mesmos, através do conhecimento das 4 Nobres Verdades e o Nobre Caminho Óctuplo (THANISSARO, 2005). De forma geral, o budismo oferece técnicas para cessar o sofrimento. Dessa forma, pode-se compreender que as médias das atitudes positivas e negativas perante o sofrimento foram as mais baixas em comparação com as outras matrizes, sugerindo que para os budistas o sofrimento não tem sentido positivo algum.

No fator Presença de Sentido, houve diferenças entre as médias dos evangélicos ($m = 31,5$; $dp = 4,05$) e dos budistas ($m = 25,4$; $dp = 7,36$). Esse resultado corrobora com os achados de Alves (2013) que encontra uma associação direta entre presença de sentido e crenças tipicamente ocidentais, enquanto que, o mesmo estudo, sugere uma correção negativa

entre crença oriental e presença de sentido. Frankl (1993) considera que uma crença no Transcendente pode oferecer uma segurança. Sendo o budismo uma religião sem a presença de um Deus transcendente, é possível que esse componente não seja tão enfatizado para esse grupo pelo fato de se tratar mais de uma religião de busca, como é caracterizado o conceito de espiritualidade (VALLE, 2005).

Sterger e Frazier (2005) encontram em seu estudo associações positivas entre a presença de sentido e a religiosidade, entretanto, a medida de religiosidade consiste em bases típicas das matrizes cristãs, tais como: “Quantas vezes você reza fora dos serviços religiosos” e “Quantas vezes você assiste a serviços religiosos?”. Já Craney (2013), em sua pesquisa encontra que as pessoas que acreditam mais em Deus apresentam mais propósitos na vida. Entretanto, sugerem que os estudos devam analisar os mecanismos subjacentes que estão por trás das diversas formas de crenças que ligam ao propósito na vida.

No que diz respeito ao fator Busca de Sentido, a diferença ocorre entre evangélicos ($m = 14,3$; $dp = 8,75$) e católicos ($m = 21,8$; $dp = 8,41$); como também entre evangélicos ($m = 14,3$; $dp = 8,75$) e budistas ($m = 21,6$; $dp = 8,55$). Observa-se que entre budistas e católicos não há diferença entre as médias, esse fato pode ser compreendido por meio dos estilos de religiosidade/espiritualidade. Tipicamente, o grupo evangélico considera ter encontrado “o sentido da vida” por meio de sua cosmovisão religiosa. Já as outras expressões, podem ser concebidas como aquelas que estão buscando um sentido, o que ativaria mecanismos para tais buscas, sejam por meio da ação ou práticas de ritos (Matriz Católica), seja por meio da meditação e práticas de autoconhecimento (Budismo).

5 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Diante do que foi exposto no presente trabalho, concebe-se que todos os objetivos foram alcançados, tendo em vista a realização de duas pesquisas que permitiu compreender melhor as concepções acerca do sofrimento e do sentido da vida nos três grupos religiosos. Entretanto, torna-se necessário apontar algumas limitações do estudo, como o fato de não ser possível generalizar esses resultados, tendo em conta a limitação da amostra em questão. Recomenda-se que novos estudos possam ser realizados para replicar e comparar os resultados aqui encontrados. No que diz respeito ao Questionário de Atitude Perante o Sofrimento, aconselha-se a realizar, em futuras pesquisas, efetuar uma análise fatorial confirmatória em amostra mais ampla, com o intuito de uma maior confiabilidade da fatorabilidade desse instrumento.

De forma geral a pesquisa permitiu conhecer melhor as diferenças entre grupos religiosos distintos, identificando especificidades e estilos no que se refere as variáveis estudadas (sentido de vida e atitude frente ao sofrimento). A relação entre o sofrimento, o sentido da vida e a religiosidade é estreita, tendo em vista que o sofrimento pode gerar uma busca de sentido e encontrar possíveis respostas ou explicações nas matrizes cristãs ou produzir técnica para a sua eliminação, como verificada na vertente budista.

Diante da relevância da religiosidade para o homem brasileiro, sugere-se que novos estudos atentem para a relevância do significado do sofrimento para outras matrizes religiosas, como as matrizes afro-brasileiras, para o espiritismo, bem como para as novas manifestações religiosas. Estudos dessa natureza possibilitarão uma maior contribuição para a Psicologia Existencial e para as Ciências das Religiões.

REFERÊNCIAS

ALVES, A. C. D. **Crenças ocidentais e orientais, sentido de vida e visões de morte: um estudo correlacional.** Dissertação (Mestrado em Ciências das Religiões) - Universidade Federal da Paraíba, 2013.

AQUINO, T. A. A. et al. Atitude religiosa e sentido da vida: um estudo correlacional. **Psicol. cienc. prof.** [online], v. 29, n.2, p. 228-243, 2009.

AQUINO, T. A. A.; GOUVEIA, V. V.; SILVA, S. S.; & AGUIAR, A. A. Escala de Atitudes Religiosas, Versão Expandida (EAR-20): Evidências de Validade. **Avaliação Psicológica**, v. 12, n.2, p. 109-119, 2013.

AQUINO, T. A. A.; **Logoterapia e Análise Existencial:** uma introdução ao pensamento de Viktor Frankl. 1ª Ed. São Paulo: Paulus, 2013.

BEISERT, M. **ABC do Budismo – Respostas a algumas dúvidas mais frequentes sobre o Budismo.** Revisado: 13 Janeiro 2013. Disponível em: <http://www.acessoaoinsight.net/arquivo_textos_theravada/abc_budismo.php#niilismo>. Acesso em: 20 de Agosto de 2013. Às 15:28hs.

BRANDÃO, S. R. O Sentido do sofrimento como doação de si. **Notandum**, n. 26, mai-ago, 2011.

CARVALHO, J. M. **Filosofia e Psicologia, o pensamento fenomenológico existencial de Karl Jaspers.** Lisboa: Imprensa Nacional-Casa da Moeda, 2006.

CARVALHO, J. M. O problema do sentido. **Revista Estudos Filosóficos**, n. 5, 2010.

CHAH, A. **O Gosto da Liberdade.** Revisado 30 Abril 2008. Disponível em: <http://www.acessoaoinsight.net/arquivo_textos_theravada/gosto_da_liberdade.php#C6>. Acesso em: 20 de Agosto de 2013. Às 19:49hs.

CRANEY, S. Do people who believe in God report more meaning in their lives? The existential effects of belief. **Journal for the scientific study of religion**. v. 52 n. 3, p. 638–646, 2013.

EUCKEN, R. **O Sentido e o Valor da Vida.** Trad. João Távora. Rio de Janeiro: Opera Mundi, 1973.

FREUD, S. (1930[1929]) **O Mal-Estar na Civilização.** Vol XXI. Edição Standard Brasileira das Obras Psicológicas Completas de Sigmund Freud. Rio de Janeiro: Imago, 2006.

FIZZOTTI, E. Os ritos de cura como auto-realização e como busca de sentido. In F. Dal Pino (Org.). **Liturgia e Terapia:** a Sacramentalidade a serviço do homem na sua totalidade. 1ª Ed. São Paulo: Paulinas, cap. 2, p. 235-275, 1998.

FRANKL, V. E. **Fundamentos antropológicos da psicoterapia**. Rio de Janeiro: Zahar, 1978.

FRANKL, V. E. **Psicoterapia e sentido da vida**. 2ª Ed. Trad. Alípio Maia de Castro. São Paulo: Quadrante, 1986.

FRANKL, V. E. **Psicoterapia para todos**: Uma psicoterapia coletiva para contrapor-se à neurose coletiva. 2ª Ed. Trad. Antônio Estevão Allgayer. Petrópolis: Vozes, 1991.

FRANKL, V. E. **Dar sentido à vida**: A Logoterapia de Viktor Frankl. 2ª Ed. Trad. Antônio Estevão Allgayer. Petrópolis, RJ: Vozes, 1992.

FRANKL, V. E. **A presença ignorada de Deus**. 3ª Ed. Trad. Walter O. Schlupp e Helga H. Reinhold. Petrópolis: Vozes, 1993.

FRANKL, V. E. **Em busca de sentido**: Um psicólogo no campo de concentração. 12ª Ed. Trad. Walter O. Schlupp e Carlos C. Aveline; revisão técnica de Helga H. Reinhold. Petrópolis: Vozes, 2000.

FRANKL, V. E. **A Vontade de Sentido**: fundamentos e aplicações da logoterapia. 1ª Ed. Trad. Ivo Studart Pereira. São Paulo: Paulus, 2011.

GIOVANETT, J. P. Psicologia existencial e espiritualidade. In: AMATUZZI, M. M. (Org.) **Psicologia e Espiritualidade**. São Paulo, Ed. Paulus, 2005.

GUNARATANA, B. H. **As Quatro Nobres Verdades**. Revisado: 16 Abril 2005. Disponível em: <http://www.acessoaoinsight.net/arquivo_textos_theravada/4nv_bhanteg.php>. Acesso em: 20 de Fevereiro de 2013. Às 17:41hs.

KOENIG, H. **Medicina, religião e saúde**: O encontro da ciência e da espiritualidade. Porto Alegre: L&PM Editores, 2012.

KÜNG, H. **Religiões do mundo**: em busca dos pontos comuns. Trad. Carlos Almeida Pereira. Campinas, SP: Verus Editora, 2004.

KREEFT, P. **Buscar Sentido no Sofrimento**. Trad. Alexandre Patriarca; revisão de Fábio M. Alberti; Gilmar Saint'Clair Ribeiro; Renato da Rocha Carlos. São Paulo: Loyola, 1995.

LÄNGLE, A. A vivência-do-ser como chave da experiência-de-sentido **In: Dar sentido à vida**: A Logoterapia de Viktor Frankl. 2ª Ed. Trad. Antônio Estevão Allgayer. Petrópolis, RJ: Vozes, 1992.

LIBARDI, T. A. Dimensão da maturidade à luz da logoterapia. **Teocomunicação**, Porto Alegre, v. 38, n. 159, p. 122-137, jan./abr. 2008.

LUKAS, E. **Logoterapia**: a força desafiadora do espírito. São Paulo: Loyola, 1989.

LUKAS, E. **Mentalização e saúde**. Petrópolis: Vozes, 1990.

MACHADO, E. J. Jesus de Nazaré, o sentido eminente da vida humana. **Revista Eletrônica Theologia**. Vol. 3, N. 1, p. 1-15. Faculdade Palotina – FAPAS, 2009.

MOREIRA, N.; HOLANDA, A. Logoterapia e o sentido do sofrimento: convergências nas dimensões espirituais e religiosas. **Psico-USF**, v. 15, n. 3, p. 345-356, 2010.

MOREIRA, J. O.; ABREU, A. K. C.; OLIVEIRA, M. C. Moralidade e sociabilidade em Frankl: um norte para superação da violência. **Psicologia em Estudo**, v. 11, n. 3, p. 627-635, 2006.

NUNNALLY, J. C. **Teoría psicométrica**. México, DF: Trillas, 1991.

PAIVA, G. J. Psicologia da religião, psicologia da espiritualidade: oscilações conceituais de uma (?) disciplina. IN: AMATUZZI, M. M. (Org.). **Psicologia e Espiritualidade**. São Paulo: Paulus, 2005.

PEREIRA, I. S. A vontade de sentido na obra de Viktor Frankl. **Psicol. USP**, São Paulo, v. 18, n. 1, março, 2007.

PETERS, F. E. **Os monoteístas: judeus, cristãos e mulçumanos: os povos de Deus**. 1ª Ed. Trad. Jaime A. Clasen. São Paulo: Contexto, 2007.

RODRIGUES, L. A.; BARROS, L. A. Sobre o Fundador da Logoterapia: Viktor Emil Frankl e sua contribuição à Psicologia. **Estudos**, Goiânia, v. 36, n. 1/2, p. 11-31, jan./fev. 2009.

ROECHE, M. V. Revendo idéias de Viktor Frankl no centenário de seu nascimento. **Psico Porto Alegre**, v. 36, n. 3, p. 311-314, set/dez, 2005.

ROESE, A. Sofrimento espiritual, busca de sentido e espiritualidade. **Rev. Pistis Prax., Teol. Pastor.**, v. 3, n. 2, p. 333-359, jul./dez. Curitiba, 2011.

SEVERINO, R. E. **Manual de Budismo**. 1ª Ed. São Paulo, 2011. Disponível em: <http://www.jardimdharma.org.br/apostilas/livros/eBookManualBudismo.pdf>. Acesso em: 06 de Agosto de 2013. Às 11:10hs.

SCHERER, B. **As grandes religiões: temas centrais comparados**. Trad. Carlos Almeida Pereira; apresentação e adaptação da edição brasileira de Volney J. Berkenbrock. 2 ed. Petrópolis, RJ: Vozes, 2008.

SILVEIRA, D. R.; MAHFOUD, M. Contribuições de Viktor Emil Frankl ao conceito de resiliência. **Estud. psicol. (Campinas)**, v. 25, n.4, p. 567-576, 2008.

SIQUEIRA, S. A. Religião e Religiosidade: Continente ou Conteúdo? In: ASSIS, A. A. F.; PEREIRA, M. S. **Religiões e Religiosidades: entre a Tradição e a Modernidade**. São Paulo: Paulinas, 2010.

SOMMERHALDER, C. Sentido de Vida na Fase Adulta e Velhice. **Psicologia: Reflexão e Crítica**, v. 23, n. 2, p. 270-277, 2010.

STEGER, M. F., FRAZIER, P. Meaning in Life: One Link in the Chain From Religiousness to Well-Being. **Journal of Counseling Psychology**, v. 52, n. 4, p. 574–582, 2005.

STEGER, M. F., FRAZIER, P., OISHI, S., & KALER, M. The Meaning in Life Questionnaire: Assessing the presence of and search for meaning in life. **Journal of Counseling Psychology**, v. 53, p. 80-93, 2006.

THANISSARO, A. **A vida não é apenas sofrimento**. Revisado: 15 Abril 2005. Disponível em: < http://www.acaoinsight.net/arquivo_textos_theravada/vida_sofrimento.php>. Acesso em: 29 de Maio de 2014. Às 11:18hs.

THERA, N. **A Essência do Budismo**. Revisado: 2 Junho 2012. Disponível em: < http://www.acaoinsight.net/arquivo_textos_theravada/essencia.php>. Acesso em: 20 de Agosto de 2013. Às 16:04hs.

VALLE, E. R. Religião e espiritualidade: um olhar psicológico. In: AMATUZZI, M. M. (Org.) **Psicologia e Espiritualidade**. São Paulo: Paulus, 2005.

VERGELY, B. **O Sofrimento**. Trad. Maria Leonor Loureiro. Bauru, SP: EDUSC, 2000.

XAUSA, I. A. M. **O sentido dos sonhos na psicoterapia em Viktor Frankl**. São Paulo: Casa do Psicólogo, 2003.

APÊNDICES

APÊNDICE A – TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO (TCLE)

Prezado (a) Senhor (a)

Esta pesquisa é sobre a Atitude Perante o Sofrimento, a percepção do Sentido da Vida e a Religiosidade e está sendo desenvolvida por Monique Suelen Gabriel da Silva, aluna do Curso de Mestrado em Ciências das Religiões da Universidade Federal da Paraíba, sob a orientação do Prof. Dr. Thiago Antonio Avellar de Aquino.

O objetivo do estudo é verificar a relação existente entre Atitude Perante o Sofrimento, a Percepção do Sentido da Vida e a Religiosidade. Será realizado com indivíduos hospitalizados, com estudantes universitários e a população em geral. Esse universo a ser pesquisado, possivelmente, contribuirá para uma maior riqueza de dados, já que se trata de indivíduos que estão inseridos em lugares e em situações diferentes.

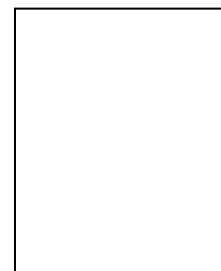
Solicitamos a sua colaboração para responder aos seguintes questionários: Escala de Atitude Religiosa – EAR-20, Questionário Sobre a Busca de Sentido no Sofrimento (QBSS), Questionário Sobre o Sentido da Vida (QSV) e o Questionário Sócio-Demográfico como também sua autorização para apresentar os resultados deste estudo em eventos e publicar em revista científica. Por ocasião da publicação dos resultados, seu nome será mantido em sigilo. Informamos que essa pesquisa não oferece riscos, previsíveis, para a sua saúde.

Esclarecemos que sua participação no estudo é voluntária e, portanto, o(a) senhor(a) não é obrigado(a) a fornecer as informações e/ou colaborar com as atividades solicitadas pela Pesquisadora. Caso decida não participar do estudo, ou resolver a qualquer momento desistir do mesmo, não sofrerá nenhum dano.

Os pesquisadores estarão a sua disposição para qualquer esclarecimento que considere necessário em qualquer etapa da pesquisa.

Diante do exposto, declaro que fui devidamente esclarecido (a) e dou o meu consentimento para participar da pesquisa e para publicação dos resultados. Estou ciente que receberei uma cópia desse documento.

Assinatura do Participante da Pesquisa



Espaço para impressão dactiloscópica

Assinatura da Testemunha

Contato com a Pesquisadora Responsável:

Caso necessite de maiores informações sobre o presente estudo, favor ligar para a pesquisadora Monique Suelen Gabriel da Silva - (83) 8807 4458.

Endereço:

Cidade Universitária

Campus I Castelo Branco

Centro de Educação

PPGCR- Programa de Pós-Graduação em Ciências das Religiões

João Pessoa – Paraíba CEP: 58051-900

Ou

Comitê de Ética em Pesquisa em Seres Humanos - HULW: Hospital Universitário Lauro

Wanderley (HULW) – 4º andar -UFPB - Campus I

João Pessoa (PB). Telefone: (83) 3216-7964. E-mail: comitedeetica@hulw.ufpb.br

Atenciosamente,

Assinatura do Pesquisador Responsável

APÊNDICE B – QUESTIONÁRIO SÓCIO-DEMOGRÁFICO

1. IDADE:_____

2. SEXO: () MASCULINO () FEMININO

3. CIDADE EM QUE VOCÊ MORA: _____ ESTADO: _____

4. ESCOLARIDADE:

() ENSINO FUNDAMENTAL

() ENSINO MÉDIO COMPLETO

() ENSINO MÉDIO INCOMPLETO

() TÉCNICO

() SUPERIOR COMPLETO

() SUPERIOR INCOMPLETO

() PÓS-GRADUAÇÃO COMPLETA

() PÓS-GRADUAÇÃO INCOMPLETA

5. TRABALHA? () SIM () NÃO PROFISSÃO:_____

6. ESTADO CIVIL:

() SOLTEIRO (A)

() VIÚVO (A)

() CASADO (A)

() UNIÃO ESTÁVEL/ CONVIVENTE

() DIVORCIADO (A)/ SEPARADO (A)

7. TEM FILHOS? () SIM () NÃO QUANTOS?_____

8. RELIGIÃO?

() CATÓLICA () EVANGÉLICA () PRATICANTES DO BUDISMO () NÃO
POSSUO RELIGIÃO () OUTRA: _____

9. PARTICIPA DE ALGUM GRUPO RELIGIOSO?

() SIM () NÃO QUAL? _____

ANEXOS

ANEXO A - Questionário de Atitude Perante o Sofrimento (QAPS)

Pare um pouco e pense em uma situação de sofrimento inevitável ou de dor que marcou profundamente a sua vida. Considerando esse aspecto da sua existência, assinale o grau de concordância/discordância em relação as afirmações abaixo, utilizando-se da escala de cinco pontos:

	Discordo Totalmente	Discordo	Nem concordo nem discordo	Concordo	Concordo Totalmente
01. O sofrimento é uma oportunidade para o crescimento interior da pessoa.	1	2	3	4	5
02. Há pouco sentido no sofrimento.	1	2	3	4	5
03. O sofrimento transforma uma pessoa em um ser humano melhor.	1	2	3	4	5
04. Constantemente pergunto: “para que serve o sofrimento?”	1	2	3	4	5
05. O sofrimento tem um significado para a existência humana.	1	2	3	4	5
06. O sofrimento sempre leva o ser humano ao desespero.	1	2	3	4	5
07. Há uma finalidade no sofrimento, embora nem sempre seja compreensível.	1	2	3	4	5
08. O sofrimento elimina (apaga) os dias felizes.	1	2	3	4	5
09. O sofrimento faz parte do mistério da vida.	1	2	3	4	5
10. A religiosidade ajuda a pessoa a compreender e aceitar o sofrimento.	1	2	3	4	5
11. Sempre há um lado positivo no sofrimento.	1	2	3	4	5
12. É necessário encontrar razões (motivos) para superar qualquer sofrimento.	1	2	3	4	5
13. Deus apenas permite o sofrimento quando sabe que a pessoa poderá suportá-lo.	1	2	3	4	5
14. A pessoa deve sempre procurar o prazer e evitar a dor e o sofrimento.	1	2	3	4	5
15. O ser humano pode transformar o seu sofrimento em uma realização.	1	2	3	4	5
16. Em casos de acidentes graves é melhor morrer do que viver sofrendo.	1	2	3	4	5
17. É necessário buscar e encontrar um sentido no próprio	1	2	3	4	5

sofrimento.					
18. O sofrimento faz parte da vida.	1	2	3	4	5
19. O sofrimento retira o sentido da vida.	1	2	3	4	5
20. É necessário enfrentar o sofrimento com bravura (coragem).	1	2	3	4	5
21. O sofrimento faz a vida parecer algo absurdo (sem sentido).	1	2	3	4	5
22. A fé pode ajudar ao ser humano a enfrentar e suportar o sofrimento.	1	2	3	4	5

ANEXO B - Questionário Sobre o Sentido da Vida (QSV)

Por favor, pense por um momento sobre o que faz com que sua vida seja importante para você. Por favor, responda as sentenças seguintes de modo verdadeiro e com o máximo de cuidado que você puder. Também se lembre de que estas questões muito subjetivas e que não existem respostas certas ou erradas. Por favor, responda de acordo com a seguinte escala:

Totalment e Falso	Geralment e Falso	Parcialment e Falso	Nem verdadeir o nem Falso	Parcialment e Verdadeiro	Geralment e Verdadeiro	Absolutament e Verdade
1	2	3	4	5	6	7

1. ____ Eu compreendo o sentido da minha vida.
2. ____ Eu estou procurando alguma coisa que faça com que minha vida tenha sentido.
3. ____ Eu sempre estou em busca do sentido da minha vida.
4. ____ Minha vida tem um sentido claro.
5. ____ Eu tenho uma boa consciência do que faz minha vida ter sentido.
6. ____ Eu descobri um sentido de vida satisfatório.
7. ____ Eu estou sempre procurando por algo que faça com que minha vida seja significativa.
8. ____ Eu estou buscando um significado ou missão para minha vida.
9. ____ Minha vida não tem um propósito claro.
10. ____ Eu estou procurando um sentido em minha vida.