



DOI: <https://doi.org/10.58871/consames.v1.02>

PSICOLOGIA E ESPIRITUALIDADE: UMA ARTICULAÇÃO POSSÍVEL

PSYCHOLOGY AND SPIRITUALITY: A POSSIBLE ARTICULATION

FRANCISCO JOSÉ DUARTE DA COSTA

Especialista em Psicologia Organizacional pelo Faculdade Padre Dourado (FACEP),
Acadêmico de psicologia pelo Centro Universitário INTA (UNINTA)

FRANCISCO RODRIGO GOMES DE SOUZA

Acadêmico de Psicologia pelo Centro Universitário INTA (UNINTA), Acadêmico de
Filosofia pela Universidade Vale do Acaraú (UVA)

MARIA ANDREIA SILVA FELISMINO

Acadêmica de Psicologia pelo Centro Universitário INTA (UNINTA)

ANA LETICIA DOS SANTOS CANUTO

Acadêmica de Psicologia pela Faculdade Luciano Feijão (FLF)

ANA TÁRGILA HOLANDA DIAS

Acadêmica de Psicologia pela Faculdade Luciano Feijão (FLF)

BRUNO GOMES ERNESTO

Acadêmico de Psicologia pelo Centro Universitário INTA (UNINTA)

FRANCISCO EDIBERTO SOARES SILVA

Acadêmico de Psicologia pelo Centro Universitário INTA (UNINTA)

INGRID DE SOUSA SILVA

Acadêmica de Psicologia pelo Centro Universitário INTA (UNINTA)

NARA EVILLYN ALVES DINIZ

Acadêmica de Psicologia pelo Centro Universitário INTA (UNINTA)

VIRNIA PONTE ALCÂNTARA XIMENES

Mestre pela Universidade Federal do Ceará (UFC), Professora do Centro Universitário
INTA (UNINTA)



RESUMO

Introdução: A espiritualidade sempre atravessou gerações e culturas. Refletir como essa espiritualidade ajuda o homem, em sua dimensão pessoal e social, é relevante para a compreensão da subjetividade humana. A psicologia é uma das ciências que pode ajudar o ser humano a entender um pouco mais suas questões. Além disso, também ajuda a entender um pouco mais sobre a diversidade das experiências espirituais. A partir desse pressuposto, a espiritualidade torna-se uma aliada para a psicologia. Com isso, ajuda o ser humano a encontrar sentido para suas questões existenciais. **Objetivos:** O objetivo deste trabalho é discutir uma articulação entre psicologia e espiritualidade. **Metodologia:** A metodologia utilizada trata-se de uma pesquisa bibliográfica, qualitativa, na qual foi tomada como fonte a obra de Viktor Frankl, autor da Logoterapia, e seus escritos sobre a relação da psicologia com a espiritualidade. **Resultados e Discussão:** Tem-se que o pensamento da Logoterapia e de Frankl relaciona a espiritualidade como uma experiência para além da religiosidade, uma ação de transcendência, implicando valores para o ser humano. **Conclusão:** Conclui-se que a espiritualidade pode atribuir sentido à existência.

Palavra-chave: Psicologia; Espiritualidade; Logoterapia.

ABSTRACT

Spirituality has always crossed generations and cultures. Reflecting on how this spirituality helps man, in his personal and social dimension, is relevant for understanding human subjectivity. Psychology is one of the sciences that can help human beings to understand their issues a little more. In addition, it also helps to understand a little more about the diversity of spiritual experiences. From this request, spirituality becomes an ally for psychology. With this, it helps human beings to find meaning for their existential questions. **Objective:** Therefore, the objective of this work is to discuss an articulation between psychology and spirituality. **Methodology:** The methodology used is a bibliographical, qualitative research, in which the work of Viktor Frankl, author of Logotherapy, and his writings on the relationship between psychology and spirituality was taken as a source. **Results and Discussion:** The thought of Logotherapy and Frankl relates spirituality as an experience beyond religiosity, an action of transcendence, implying values for human beings. **Final Considerations:** It is concluded that spirituality can give meaning to existence.

Keywords: Psychology; Spirituality; Logotherapy

1. INTRODUÇÃO

Vivenciamos um mundo cercado por indiferenças, individualismo, fragilidade de laços, pessoas e culturas fechadas ao diferente, e vários outros aspectos complexos da sociedade. A psicologia, enquanto ciência e profissão, ajuda as pessoas a compreenderem a si mesmas, assim como, entenderem as relações sociais que estabelecem. Para alcançar o bem estar, os



indivíduos podem refletir questões existenciais importantes, como a vida, a morte e morrer, o adoecimento, o envelhecimento, a angústia e a sensação de vazio.

Percebe-se, historicamente, rituais espirituais que evidenciam a fé, as religiões ou filosofias, em que o divino se torna refúgio para as dores do ser humano. Essas experiências, muitas vezes, norteiam, encorajam e trazem sentido de vida, impactando no social, ou no meio ambiente que se inserem. Frankl (1991) assinala a necessidade de agregar à visão de homem uma dimensão mais além das dimensões física e psíquica, lembrando que apesar de o homem ser uma unidade físico-psíquica "esta unidade não constitui o homem total; precisamente o espiritual é que institui, funda e garante a totalidade do homem" (FRANKL, 1991, p. 177).

Ser espiritual significa ser reverente para com o mundo, para com a natureza, para com as outras pessoas, para com as leis e outras instituições sociais. Nietzsche, através de Zarathustra, fala da virtude dadivosa, ao defender a espiritualidade como um transbordamento de self, o abarcar o mundo, de forma generosa e com compaixão (SOLOMON, 2003, p. 34). As psicologias e suas vertentes tentam ajudar o ser humano em suas questões. Com isso, uma área específica é a da espiritualidade, que acompanha a humanidade há um longo tempo, olhar a subjetividade humana atrelada à espiritualidade, é necessário para entendermos a visão transcendental e histórica das ações do homem em sua busca do divino que o desenvolve e o transforma como ser social.

Assim, há um sentido existencial embasado não só pela filosofia, mas pela ciência que o circunda em suas experiências de espiritualidade. O objetivo deste trabalho é discutir uma articulação entre psicologia e espiritualidade.

2. METODOLOGIA

Trata-se de uma pesquisa bibliográfica, qualitativa, na qual foi tomada como fonte a obra de Viktor Frankl, autor da Logoterapia, e seus escritos sobre a relação da psicologia com a espiritualidade.

De acordo com Boccato (2006), a pesquisa bibliográfica busca o levantamento e análise crítica dos documentos publicados sobre o tema a ser pesquisado com intuito de atualizar, desenvolver o conhecimento e contribuir com a realização da pesquisa. Com isso, o olhar sobre a temática torna-se mais rico de conhecer e a pesquisa se torna mais valiosa.

Com isso, os trabalhos foram categorizados pelo mapeamento de 08 escritos da obra de Viktor Frankl, e 10 artigos com temática espiritualidade, retirados do site Scielo em



intenções de esclarecer sobre a espiritualidade em ações na humanidade, seus contextos e os efeitos da psicologia em suas dimensões acerca da espiritualidade.

3. RESULTADOS E DISCUSSÃO

A espiritualidade sempre foi um ato de transcendência para o indivíduo, podemos olhar historicamente, seja por livros, ou expressões artísticas, que trazem traços desse indivíduo espiritual, com seus vários ritos que sempre circundam a sociedade e suas diversas culturas. Moreira-Almeida, Lotufo Neto e Koenig (2006) destacam que o ser humano busca por respostas compreensíveis de questões fundamentais sobre vida, sobre significado, e sobre relacionamento com o sagrado ou transcendente. Espiritualidade e religiosidade são temas próximos, mas indicam fenômenos diferentes. Para Giovanetti (2005), A espiritualidade tem relação com valores e significados: “o espírito nos permite fazer a experiência da profundidade, da captação do simbólico, de mostrar que o que move a vida é um sentido, pois só o espírito é capaz de descobrir um sentido para a existência”. no qual o autor nos remete que, a espiritualidade significa mergulhar em si mesmo. E a religiosidade é propriamente a ligação com um ser divino através de ferramentas (Moreira-Almeida, Lotufo Neto e Koenig, 2006) “um sistema organizado de crenças, práticas, rituais e símbolos designados a facilitar uma proximidade com o sagrado”.

Falar de espiritualidade sempre trará o contexto de religiosidade, por mais que sejam campos distintos, mas próximos. Pode se dizer que religião ajuda a nortear o homem a crer no divino e meio que doma o homem em seus instintos, norteadando o, como um semáforo que pode sim ter liberdade, mas deve ser ter uma organização que inicia se dentro do indivíduo a refletir na sociedade, um ser superior que orienta e direciona em suas ações pessoais e social. E pontuamos espiritualidade como algo para além da religiosidade uma ação de transcendência, o ser humano se move em busca de um sentido para sua existência uma evolução para além do campo da visão e do biológico, um sentido imortal não mapeado mas que rege e nos eleva a estar em uma metanóia, uma mudança constante, onde traz essa representação do movimento e desenvolvimento.

Percebe-se que a espiritualidade ajuda o indivíduo a entrar em equilíbrio em suas questões com o mundo. Segundo Frankl, o inconsciente carrega uma dimensão espiritual que, ao emergir, contribui para o equilíbrio psíquico e existencial. Frankl define Deus como “o interlocutor dos nossos mais íntimos solilóquios” (FRANKL, 2001, p. 100). A psicologia, enquanto ciência, compreende a temática e suas nuances, no qual a influência da religiosidade



sobre a saúde mental é um fenômeno resultante de vários fatores como: estilo de vida, suporte social, um sistema de crenças, práticas religiosas, formas de expressar estresse, direção e orientação espiritual (Moreira-Almeida, Lotufo Neto, & Koenig, 2006).

Os seres humanos são constituídos por algumas dimensões, tais como, biológica, social, psíquica e espiritual, como a literatura, contudo, Frankl (1989) traz a importância da dimensão espiritual, no qual denomina de dimensão noética, e neste sentido, a dimensão noética é considerada superior às demais, sendo também mais compreensiva porque inclui as dimensões inferiores, sem negá-las - o que garante a totalidade do homem (FRANKL, 1989, p. 95).

Para alguns seres humanos, a espiritualidade é uma fonte de conforto, bem-estar, segurança, significado, ideal e força. Há evidências de que pessoas com vivências espirituais tendem a adoecer menos, a ter hábitos de vida mais saudáveis e, quando adoecem, desenvolvem menos depressão e se recuperam mais rapidamente (SAAD; MEDEIROS, 2022). Podemos perceber que a espiritualidade oferece ações positivas em enfrentamentos de questões subjetivas e até em enfrentamento de doenças em ajudar a suportar melhor os sentimentos inerentes dos sofrimentos, com efeito pode ser tão importante quanto os efeitos do tratamento clínico.

Pode-se perceber que é importante falar sobre a espiritualidade, que se apresenta inerente ao ser humano. Ainda que a descoberta do sentido de cada situação não exija a fé religiosa, mas uma experiência individual, tornando ajuda, uma busca de refúgio nos sofrimentos e até transcendência. Segundo Freud, o ser humano é movido por impulsos inconscientes; já para Frankl, o propriamente humano começa onde começa a liberdade e a responsabilidade (FRANKL, 1997). Trazer essa responsabilidade nas ações reflete a vontade de estar presente.

Nos dias atuais vemos uma sociedade cada vez mais sem conexões, a margem das relações, essas relações sem laços sem concretude, tradições se perdendo ao tempo, e uma liberdade vazia. Duas são as consequências da perda de valores para o ser humano: ou faz o que os outros fazem, o que se traduz no conformismo do Ocidente, ou faz o que os outros o obrigam a fazer, o que se enquadra no totalitarismo oriental (FRANKL, 1998). Fazer o ser humano buscar a si, o interno, a uma tomada de consciência, mostra a importância que devemos ter sobre se perceber no mundo.

Na logoterapia, o ser humano traz um contexto de liberdade, e consciente desta liberdade é responsável pelas suas escolhas, motivado pelo que considera sentido de vida.



A logoterapia busca tornar o paciente completamente consciente de sua própria responsabilidade; por isso precisa deixar que ele opte pelo que, para que ou perante quem ele se julga responsável. Eis porque um logoterapeuta é, dentre todos os psicoterapeutas, o que menos se vê tentado a impor julgamentos de valores a seus pacientes, porque jamais permitirá que o paciente transfira ao médico a responsabilidade de julgar (FRANKL, 1977).

A relação com a espiritualidade faz-se necessária e a psicologia nessa vertente pode ajudar o ser humano em conectá-lo a esse para além do campo físico e biológico, a noção de ter propósito de liberdade e não limitação, a perceber-se que a matéria se acaba, mas os ideais não, e até ajudar a fazer sentido uma vida que muitas das vezes não se acha uma saída, mas motivada por ações elevadas.

4. CONCLUSÃO

Na contemporaneidade existem muitas práticas que, muitas vezes, não têm ciência para respaldar o campo da espiritualidade. O objetivo da psicologia se encontra em tentar ajudar o ser humano em suas questões, enquanto a religião busca a salvação e o significado da existência. Compreender essas diferenças também faz necessário, e percebê-las como distintas.

Percebe-se que os profissionais de psicologia podem estar mais presentes nesse campo para fidelizar essas ações e dar robustez, atreladas com a ciência. Também não deixar as pessoas serem enganadas por falsas terapias que se tornam ilusórias pelas falsas promessas e profissionais sem credibilidade, e resgatar a importância da espiritualidade para não cair apenas no senso comum. É importante sim dominar essa prática e agir de forma séria a esse sentido que desde sempre a espiritualidade acompanhou a sociedade pelos séculos e traz ajuda nos sofrimentos psíquicos.

A psicologia é atuante nessa luta, e afirma seu compromisso com a defesa de uma sociedade mais inclusiva, que respeite a jornada de cada pessoa a ver o mundo, desenvolvendo as relações interpessoais e humanas, na proteção social e no estímulo às conexões vivas e atuantes na ação do presente e conforto para a subjetividade, a compreender as pessoas para além do biológico. Nossa missão como psicólogos, se torna mais valiosa e rica em poder perceber os vários campos que a psicologia pode estar atuando para ajudar o ser humano em suas questões.



REFERÊNCIAS

- BOCCATO, V. R. C. **Metodologia da pesquisa bibliográfica na área odontológica e o artigo científico como forma de comunicação.** Rev. Odontol. Univ. Cidade de São Paulo, São Paulo, v. 18, n. 3, p. 265-274, 2006.
- FRANKL, V. **Homo patiens: soffrire com dignità.** Brescia: Queriniana, 2001, p. 100.
- FRANKL, V. **Senso e valori per l'esistenza. La risposta della Logoterapia.** Roma: Città Nuova, 1998, p. 95.
- FRANKL, V. **A presença ignorada de Deus.** Petrópolis: Vozes/Sinodal, 1997, p. 19.
- FRANKL, V. E. **Man's search for meaning.** New York: Pocket Books. 1977, p 173-174.
- FRANKL, V. E. **La voluntad de sentido.** Barcelona: Herder, 1991, p 117.
- FRANKL, **Psicoterapia e sentido da vida.** São Paulo: Quadrante.
- GIOVANETTI, J. P. . **“Psicologia e espiritualidade”.** Em AMATUZZI, Mauro Martins (org.) Psicologia e espiritualidade. São Paulo: Paulus, 2005, p. 129.
- MOREIRA-ALMEIDA, A.; LOTUFO NETO, F., e KOENIG, H. G., **Religiosidade e saúde mental: uma revisão.** *Revista Brasileira de Psiquiatria*, 2006, p. 242 - 250.
- SAAD, Marcelo; MEDEIROS, Roberta de. **Espiritualidade e Saúde.** Tribunal de Justiça do Distrito Federal e dos Territórios – TJDFT. Hospital Albert Einstein. Publicado em 2022. Disponível em: >Espiritualidade e Saúde — Tribunal de Justiça do Distrito Federal e dos Territórios (tjdft.jus.br)< Acesso em 26 de fevereiro de 2024.
- SOLOMON, Robert C. **Espiritualidade para Céticos,** Editora: Civilização Brasileira, 2003, p. 34.