

# DA AFLIÇÃO À SALVAÇÃO: PERCURSOS EXISTENCIAIS DE USUÁRIOS DA SAÚDE MENTAL\*



Stephan Malta Oliveira\*\*, Mônica Monteiro Peixoto\*\*\*,  
Octavio Domont de Serpa Jr.\*\*\*\*

**Resumo:** *o objetivo do presente artigo consistiu em extrair implicações teológico-existenciais de uma pesquisa de campo sobre a relação entre a religiosidade e experiências de sofrimento mental. A fundamentação teórica se deu nas Ciências da Religião, em autores como Santo Agostinho e Mestre Eckhart, e no existencialismo de Kierkegaard. Foram realizadas entrevistas semi-estruturadas com usuários da rede pública de assistência, que frequentam regularmente uma religião. Três categorias de análise foram construídas: experiências de sofrimento, estratégias de enfrentamento e experiências de superação do sofrimento, as quais apontam para os diferentes caminhos traçados pelos participantes, desde a aflição até a cura/salvação.*

**Palavras-chave:** *Experiências de sofrimento. Ciências da Religião. Existencialismo. Salvação. Saúde mental.*

O presente artigo surge da pesquisa intitulada Narrativas sobre Religiosidade e Experiências de Sofrimento Mental, realizada com usuários da rede pública de saúde mental de um município da região sudeste do Brasil, oriundos tanto da atenção primária quanto da atenção secundária.

\* Recebido em: 29.03.2020. Aprovado em: 03.08.2020. O projeto para realização de pesquisa de campo, com consentimento de participantes, foi submetido à apreciação do Comitê de Ética em Pesquisa (CAAE 54045416.8.0000.5263) e aprovado sob o número 1.666.866.

\*\* Doutor em Saúde Coletiva (IMS/UERJ) e pós-doutorando em Psiquiatria e Saúde Mental (IPUB/UFRJ). Mestre em Psicologia (PUC-Rio). Professor Adjunto de Neuropsiquiatria Infantil (UFF). E-mail: stephanmoliveira@gmail.com

\*\*\* Doutora em Saúde Mental (IPUB/UFRJ). Mestre em Saúde Coletiva (IMS/UERJ). E-mail: monicampsic@gmail.com

\*\*\*\* Doutor em Psiquiatria (UFRJ). Professor Associado do Instituto de Psiquiatria (IPUB/UFRJ). E-mail: domserpa@gmail.com

O objetivo geral da pesquisa consistiu em investigar a relação entre a religiosidade e as experiências de sofrimento mental. Neste artigo, buscamos extrair as implicações teológico-existenciais da referida pesquisa, a partir dos percursos traçados pelos participantes, do movimento de idas e vindas, desde experiências de sofrimento/aflição<sup>1</sup> até as experiências de transcendência e superação do sofrimento, que levam a estados de plenitude/salvação<sup>2</sup>. Consideramos, contudo, ainda que a pessoa seja capaz de atingir estados de plenitude e transcendência, ainda assim o sofrimento estará presente, visto ser inerente ao humano, podendo estar presente em qualquer circunstância da vida. A forma como o indivíduo vivencia e lida com o sofrimento em sua caminhada existencial é que se modificará.

Os referenciais utilizados são as Ciências da Religião, com destaque para a Teologia, a partir de autores como Santo Agostinho e Mestre Eckhart e para o Existencialismo teísta, utilizando-se, sobretudo, o pensador dinarriquês Soren Kierkegaard. Estes pensadores definem diferentes momentos do ser humano em seu processo de caminhada existencial/espiritual em direção ao sagrado. Consideramos, entretanto, que esta é apenas uma das possibilidades de se pensar a existência humana e as diferentes formas de se estar no mundo. A noção de experiência é tomada emprestada do campo fenomenológico e diz respeito à experiência vivida, que engloba tanto a dimensão corporal e subjetiva quanto a dimensão cultural (CSORDAS, 2008).

Kierkegaard descreve em sua obra, com bastante riqueza, o sofrimento e o desespero, inerentes à condição humana, perpassando os três estágios (ou estádios) trabalhados exaustivamente pelo filósofo: o estágio estético – relacionado ao prazer e à imediatividade -, o ético – relacionado às obrigações e ao dever - e o religioso –, cuja passagem se dá, segundo Kierkegaard (2016), a partir do estágio ético, apenas pelo salto qualitativo na fé. Todos estes percursos existenciais foram percorridos pelo próprio pensador.

A obra kierkegaardiana é de difícil compreensão e se relaciona diretamente à sua própria existência (SILVA, 2011); não há como separar sua obra de sua experiência pessoal. A cada um dos estádios, os quais devem ser vistos como possibilidades da existência, há para o filósofo dinarriquês um *pathos* associado. Tanto no sentido da paixão quanto no sentido do sofrimento, do desespero. Segundo Kierkegaard (2016), no estágio estético, há uma negação do sofrimento, embora, ele esteja inevitavelmente presente. À medida que o ser humano vai se tornando um indivíduo em seu vir a ser, a consciência da angústia e do desespero vai se ampliando, de tal modo que torna-se possível a entrada no estágio ético e, na passagem – que somente alguns fazem, segundo o autor – para o estágio religioso, há uma ampliação da consciência do pecado (KIERKEGAARD, 2016). A relação entre finitude e infinitude e entre o temporal e o

eterno se torna mais presente e é, justamente, no paradoxo de uma tomada de consciência e responsabilidade juntamente com o aumento da consciência do pecado, das consequências e implicações das próprias ações, que a realização do indivíduo advém.

No processo de caminhada existencial do ser humano, como propomos neste trabalho, há um sentido em direção à autorrealização, em meio às vivências páticas. A experiência da autorrealização é concebida de diferentes maneiras pelos diversos autores tanto do campo teológico quanto do campo das ciências da religião e do existencialismo. Em Santo Agostinho (1990) e Mestre Eckhart (2004), por exemplo, ela é alcançada por meio do encontro com o Sagrado. Autores como Tomás de Aquino (2001) e mesmo Kierkegaard (2012), a definem tanto por meio do encontro com o divino quanto por meio da Caridade e do amor ao desconhecido, respectivamente. Martin Buber (2006) e Emanuel Lèvinas (2005), pensadores que se situam numa interface entre a teologia judaica e o existencialismo, consideram que, na verdade, o ser humano se encontra com o Tu Eterno ou com o Infinito, respectivamente, nas palavras destes filósofos, por meio do encontro autêntico com outros seres humanos, com a alteridade, e que isto, de fato, é o que leva à realização do ser.

Buscamos, desta forma, além de extrair implicações teológico-existenciais da presente pesquisa, situar os participantes neste processo da caminhada existencial humana, procurando perceber em que lugar se situam neste percurso.

## MÉTODO

### Participantes

Foram selecionados de modo intencional 8 participantes para a pesquisa. Os critérios de inclusão foram: realizar tratamento na rede pública do município escolhido (região sudeste do Brasil) para algum tipo de sofrimento psíquico, na atenção primária ou secundária; frequentar uma religião ao menos uma vez por mês e possuir razoável competência narrativa. Dos 8 sujeitos que participaram da pesquisa, 7 são mulheres e 1 homem; 5 são cristãos evangélicos e 3 cristãos católicos. Dois deles frequentaram o Candomblé por um período, retornando ao Cristianismo posteriormente. Seis dos participantes pertencem às classes populares. Com relação ao diagnóstico, 3 participantes apresentavam à época de realização da pesquisa, transtorno de ansiedade, 4 participantes transtorno depressivo e um, transtorno bipolar. Os dados foram colhidos dos prontuários dos participantes e o diagnóstico confirmado pelo coordenador da pesquisa, Stephan M. Oliveira, médico-psiquiatra, com base nos critérios diagnósticos do DSM-5 e da CID-10. Todos os participantes assinaram um Termo de Consentimento

Livre e Esclarecido. Os nomes dos participantes, utilizados neste trabalho, são todos fictícios.

## Procedimentos

O desenho do estudo consistiu na aplicação do *McGill Illness Narratives Interview (MINI)*, um instrumento de caráter exploratório, que visa apreender em profundidade as narrativas sobre experiências de adoecimento (GROLEAU et al, 2006). Este instrumento foi traduzido e validado para o português por Leal et al (2016). A dimensão da religiosidade recebeu uma ênfase maior durante a entrevista, tendo sido acrescentadas ao Instrumento algumas questões sobre o tema. A duração das entrevistas variou entre 50 minutos e 1 hora e 20 minutos. Após a realização das entrevistas, iniciou-se a fase de transcrição das mesmas. Posteriormente, foram realizadas as categorizações, sendo as categorias de análise construídas por dois pesquisadores independentes – os autores Stephan M. Oliveira e Mônica M. Peixoto. Em seguida, as categorias foram validadas e selecionadas pelos 3 pesquisadores autores do artigo. Os critérios para a escolha das categorias foram a frequência e a relevância destas para o objeto da pesquisa. O método de análise de dados utilizado foi a análise de conteúdo, com suas respectivas fases: exploração do material, unitarização, categorização, descrição e interpretação dos dados à luz dos referenciais adotados (BARDIN, 2011).

## Resultados/Discussão

Nesta seção, serão apresentadas as categorias de análise resultantes da pesquisa, a saber: experiências de sofrimento, dividida em experiências de sofrimento relacionadas a fatores desencadeantes e experiências de sofrimento propriamente ditas; experiências de enfrentamento/lida, divididas em experiências de enfrentamento por meio de atividades cotidianas, experiências de enfrentamento por meio do apoio social, por meio de mudanças de atitudes interpessoais e experiências de enfrentamento que se dão por meio tanto de práticas profissionais quanto por práticas religiosas de “cura”; a última categoria corresponde às experiências de superação do sofrimento, relacionadas também a atividades cotidianas, a práticas de cura, profissionais e religiosas, à razão para viver e à ação de ajudar outras pessoas. Cura neste trabalho é entendida no sentido do *healing*, enquanto uma transformação da experiência emocional (CSORDAS, 2008). É justamente esta transformação emocional positiva que difere a categoria experiências de superação do sofrimento das estratégias de enfrentamento. Além disto, consideramos haver uma intrínseca relação entre cura e salvação, onde a primeira, no sentido adotado, é parte integrante da última.

## *Experiências de Sofrimento*

As experiências de sofrimento devem ser compreendidas como inerentes à condição humana, que aparecem com regularidade nas diversas culturas. Sofrimento relacionado à própria “dor do existir”. Vários autores tratam da questão do sofrimento enquanto um fenômeno que conduz o ser humano em direção à busca de sentido e superação/transcendência do mesmo. Selli (2011) mostra como, a partir de sua vivência dolorosa, após ter sido atropelada por uma motocicleta quando estava em um local destinado a pedestres, pôde vivenciar seu sofrimento com a ajuda e na dependência, principalmente, de sua mãe, e superar este sofrimento conferindo um sentido a este, relacionado ao desenvolvimento de sua espiritualidade.

*Os quatro meses de dependência, cuidados, expressões de afeto e carinho que vinham de pessoas que fazem parte da minha vida constituíram alicerce para fazer frente à situação. Todas essas presenças, esses cuidados e manifestações foram fundamentais. Mesmo assim digo que foi a situação da minha vida que caracterizo como vivida na profunda solidão com o meu Deus e a minha fé. Cresceu meu apreço à espiritualidade; amadureceu a certeza de que com Deus é que faremos verdadeiras proezas no sentido espiritual. Nele é que não estamos sós e com ele vivemos a plenitude da solidão sem sentir o abandono (SELLI, 2011, p. 63).*

Selli *et al.* (2011) apontam como a experiência de adoecimento pode se constituir como um ponto decisivo na trajetória de vida da pessoa, podendo ser conduzida de diferentes maneiras, levando, por exemplo à resignificação de si, funcionando neste caso como uma oportunidade para a mudança, e por outro lado, podendo significar apenas uma desventura, quando nenhuma resignificação é possível. A doença, portanto - e podemos acrescentar o sofrimento e a aflição, para evitarmos a redução do *pathos* à doença biomédica – representa, via de regra, um evento desestabilizador da existência, que pode funcionar como uma força motriz para a mudança, para a busca de novos caminhos e sentidos para a vida. A categoria temática “experiências de sofrimento” foi dividida nas seguintes subcategorias: “experiências de sofrimento relacionadas a fatores desencadeantes”, considerando a percepção dos participantes sobre o que poderia ter desencadeado a aflição, e “experiências de sofrimento propriamente ditas”, tanto somáticas quanto psíquicas. Seguem algumas narrativas relacionadas aos fatores causais da aflição, atribuídos pelos participantes da pesquisa. Na narrativa a seguir, a participante Cláudia atribui o início do seu sofrimento, em grande parte, à perda da mãe.

*Eu tive uma perda, perdi minha mãe, ela ficou doente com câncer no útero [...] aí eu só me dei conta quando eu vi que ela estava indo embora mesmo, né? [...] Eu acho que o que causou foi eu não ter sido tão inteligente quanto meus irmãos, assim... eles, eles levaram na boa, eu não, eu já fui muito emocional, já fiquei muito com aquilo na cabeça e aí acarretou mais (Cláudia).*

Esta narrativa nos faz pensar acerca da questão da relação entre a finitude e a infinitude humanas, no quanto o problema da finitude se relaciona ao desespero, ao sofrimento, mas também no quanto o caminho da busca pelo sagrado, pela infinitude, pode contribuir para minimizar, dar um sentido ou mesmo para superar/transcender o sofrimento. Roese (2011, p. 338-39) afirma que:

*A fé nos capacita para sonhar com o infinito e a lidar com o finito. O ser humano é fascinado com a infinitude, seja com a infinitude de suas capacidades de ser e de criar e recriar a vida, seja por causa do sonho com uma vida infinita, sonho ilusório que impulsiona a esperança e a coragem de viver.*

O participante Bernardo relata ainda como o que ele considera ter tido uma “vida desregrada” durante um determinado período também pode ter contribuído para o agravamento ou mesmo desencadeamento do seu problema de saúde.

*Sei lá, você acaba sendo mulherego, você acaba bebendo demais, perdendo... andando... Se prostituindo. Eu acho que tudo isso leva o homem, acaba tirando o homem daquele contato com Deus... Aquela coisa boa de Deus e acaba deixando você exposto às coisas ruins do mundo, e isso cai sobre você e acaba ocasionando isso na sua vida. Isso é meu ponto de vista, entendeu? Eu acho que é isso (Bernardo).*

Na própria biografia de Santo Agostinho e de Kierkegaard, há vivências neste sentido, uma vez que ambos os pensadores passaram um determinado período de suas vidas “entregues” aos “vícios e prazeres”, como eles próprios afirmavam. Em ambos, tal período foi associado a prazeres fugazes, mas que resultavam em sofrimento, vazio e angústia. Santo Agostinho, em seu neoplatonismo, que desvaloriza a “carne” e sobrevaloriza o espírito, afirma na célebre obra *Confissões*:

*Mas eu não era moderado, indo de alma para alma de acordo com os sinais luminosos da amizade, pois, da lodosa concupiscência de minha carne e do fervilhar da puberdade levantava-se como que uma névoa que obscurecia e ofuscava meu coração, a ponto de não discernir a serena amizade da tenebrosa libido.*

*Uma e outra, confusamente, me abrasavam; arrastavam minha fraca idade pelo declive íngreme de meus apetites, afogando-me em um mar de torpezas. Tua ira se acumulava sobre mim, e eu não o sabia* (SANTO AGOSTINHO, 1990).

No campo da Teologia Cristã, há uma vertente, por exemplo, que busca resgatar a importância da dimensão do Eros para a caminhada espiritual, efetuando uma crítica ao Cristianismo da Idade Média, que rejeitou implacavelmente Eros, associando-o ao pecado e separando-o de Ágape, então considerado como o verdadeiro “amor cristão”. Boa parte dos teólogos contemporâneos, incluindo o Papa Bento XVI, em sua Encíclica *Deus Caritas Est* (2005), defende a chamada indissociabilidade entre *Eros* e *Ágape* ou entre *Eros* e *Caritas* (LARA, 2017).

Se, por um lado, Eros se dissocia e predomina sobre Ágape, poderá haver problemas relacionados ao uso da sexualidade, resultando em efeitos negativos sobre o indivíduo, como o aumento do sofrimento e da sensação de vazio. Se, por outro, na dissociação, houver o aplacamento de Eros em favor de Ágape, como afirma Bento XVI, as obras no sentido do cuidado e do “servir ao outro” perdem sua vitalidade, sua força. Na vivência clínica, no campo da saúde mental, vemos muitas vezes como o aplacamento da própria sexualidade pode induzir a quadros psicopatológicos. Alguns estudos, por exemplo, mostram como religiões com normas muito rígidas podem contribuir para o agravamento de sintomas depressivos e ansiosos (KOENIG, LARSON, 2001; CARPENTER, LANEY, MEZULIS, 2012), prejudicando, desta forma, a caminhada existencial do indivíduo. Na presente pesquisa, alguns relatos da participante Marcela apontam para o agravamento de seu sofrimento em virtude de uma atitude excludente por parte de sua igreja, como no caso de ter sido considerada adúltera, quando se separou de seu marido.

*Aí, eu ficava naquele dilema que eu queria me separar, queria me separar, mas a igreja não pode, Deus não quer, que não sei o quê... Aí eu fui aguentando tudo, fui aguentando e aí que eu fui ficando cada vez mais doente [...] eu fico sem liberdade, porque eu sou... adúltera [...] E esse título é pro resto da vida (Marcela).*

Portanto, nesta perspectiva, consideramos Eros atrelado ao Ágape como essencial à caminhada do ser humano em direção ao sagrado (MARTINS, 2009). Mais uma vez ressaltamos que o fato de o ser humano atingir estados de plenitude e realização não elimina a dimensão do sofrimento, inerente à existência e podendo estar presente em qualquer momento da vida.

Passemos agora às experiências de sofrimento/aflição propriamente ditas, tanto somáticas quanto psíquicas. Os relatos que se seguem dizem respeito a vivências como angústia e desespero.

*“Sentia muita tonteira [...] fui começando a sentir muita tonteira, essas coisas todas de falta de ar, essa pressão no peito” (Bernardo). “E perdi assim, vontade, desejo de tudo sabe? [...] ah, sentia assim... sei lá... Tristeza, angústia, assim sabe? É, sentia bem não tá?” (Lourdes).*

Nos relatos a seguir, os participantes relatam experiências de sofrimento que envolvem tentativas de suicídio e perturbações relacionadas a estados de euforia.

*Já tentei me matar tantas vezes [...] eu tentava me matar, mas eu não queria sofrer, aí eu vendo em filme, né, tomar muito remédio mata, né? Mata nada! Me entupia de remédio, ia na casa da minha mãe, tomava remédio de pressão do meu pai, de coração da minha mãe e eu tenho os meus já, né? Fazia aquele coquetel bem forte [...] e vou tomar isso aqui e vou morrer... Até parece, vomitava igual uma louca, passava mal só vomitando (Lúcia).*

*Mas o pior mesmo é quando eu tô eufórica, na minha fase mais feliz [...] ah, porque eu faço um monte de coisa...um monte de coisa, eu saio, bebo, não tô nem aí pra merda nenhuma. Sabe quando você... você quer que tudo se exploda? É como se você tivesse vivendo o último dia da sua vida...não tá nem aí pra ninguém... Eu esqueço da vida, esqueço de mim, esqueço de todo mundo, esqueço de namorado, esqueço de todo mundo. Tô nem aí pra ninguém. Aí quando eu fico muito feliz assim, tem hora que até eu me assusto (Marcela).*

### *Estratégias de Enfrentamento*

A categoria “estratégias de enfrentamento” diz respeito às diferentes maneiras de a pessoa lidar com o próprio sofrimento, às diversas estratégias que ela busca com a finalidade de, alguma forma, aliviar a aflição. Algumas podem propiciar um alívio apenas momentâneo do sofrimento, mas outras podem promover uma melhora mais duradoura. Há muitos estudos, que se situam na interface entre religiosidade/espiritualidade e saúde, que se debruçam sobre o chamado *coping* religioso, o qual pode ser tanto positivo quanto negativo, dependendo dos efeitos produzidos sobre o indivíduo (KOENIG; LARSON, 2001; PARK *et al.*, 2018). Na presente pesquisa, apareceram as seguintes estratégias de enfrentamento: relacionadas a atividades cotidianas, como fazer exercício físico; relacionadas a mudanças de atitudes nas relações interpessoais; estratégias que se dão por meio do apoio social; e por meio de práticas profissionais e religiosas de “cura”.

As narrativas a seguir se referem às três primeiras: “O que me ajudou muito também foi pedalar. Grupo de bike” (Beatriz). “Muita coisa, por exemplo, eu aprendi



a ter mais autonomia em relação à minha família, a não deixar mais minha família mandar na minha vida como mandava antes” (Lúcia). “Família, e mesmo porque eu acho que a família é a base, se eu não tivesse família, aí que a vaca tinha ido pro brejo há muito tempo” (Renata).

Nas narrativas seguintes, descreveremos estratégias de enfrentamento que se dão por meio das práticas de “cura”, tanto profissionais quanto religiosas, com ênfase às últimas em virtude do escopo deste trabalho. Nas práticas profissionais, apareceram relatos relacionados tanto ao uso de medicações quanto ao acolhimento estabelecido nos atendimentos. “Daí eu comecei a tomar e indo na igreja, aí eu falei: eu vou melhorar... Comecei a tomar o remédio e começou a dar um jeitinho.” (Claudia). “Ela [psicóloga], ela conversa comigo [...] é como se ela soubesse tudo que eu tô sentindo.” (Marcela).

As práticas religiosas de cura são marcadas pelos diversos rituais, que ajudam a pessoa no enfrentamento ao sofrimento. Dentre os principais rituais descritos na pesquisa, apareceram: a Adoração ao Santíssimo Sacramento, a Comunhão e o Movimento Carismático, todos da Igreja Católica, o ritual do “falar em línguas estranhas” ou glossolalia, presente nas igrejas cristãs, além dos louvores e das orações. Além disto, nas práticas religiosas de “cura”, o acolhimento e o apoio social dado pela comunidade religiosa são importantes mecanismos que ajudam a pessoa a lidar com suas próprias experiências de sofrimento. Na narrativa a seguir, a participante Bárbara mostra a importância da prática do aconselhamento espiritual oferecido por seu pastor bem como do apoio dado por ele em momentos difíceis de sua vida.

*Aconselhava, ajudava [...] até mesmo, conversando pelo whatsapp com meu pastor, ele ali me ajudando, me contando ‘pastor, não tô bem, tô assim, tô assado’, ‘Bárbara, fica assim não, não sei o quê’... te dá aquele apoio, te dá aquela ajuda ‘olha, lê isso aqui’ (Bárbara).*

As narrativas a seguir se referem aos rituais Católicos da Adoração ao Santíssimo Sacramento, da Comunhão e da Renovação Carismática. “Eu fui na Adoração do Santíssimo, aí falou, parecia que Deus tava falando comigo: ‘Eu Sou maior do que os seus problemas’, entendeu? Aí, nisso você se agarra nisso e acredita que é e eu creio que é” (Renata). “Porque o próprio, o próprio Cristo que é, nós vemos assim, é o corpo de Cristo na hora que o padre, sacerdote faz o, a oferenda [...] e a gente tá, tá ingerindo o próprio Cristo, tá entrando na corrente sanguínea” (Beatriz). “É um movimento da renovação carismática, eu participo do grupo de oração [...] ah, na ligação com o Espírito Santo, né, que a gente canta, a gente clama pelo Espírito Santo, sei lá, a gente sente aquela presença, né” (Lúcia). A mesma participante Lúcia, relata uma de suas vivências no

Camdomblé, onde frequentou por um período por curiosidade, como afirma, retornando posteriormente ao Catolicismo. “O trabalho de Iemanjá é que ela disse que me protegia, Iemanjá e São Jorge. Aí eu tinha que levar umas fitas, flores, eram coisas mais delicadas, perfume [...] e eu tava indo mesmo mais por uma curiosidade”.

A participante Marcela relata sobre o ritual de “falar em línguas estranhas”: “e, de repente, você começa a manifestar, a falar línguas que você nunca imaginou que você fosse falar”. Há vários relatos também sobre a importância dos louvores e das orações nas práticas religiosas, tanto nos cultos evangélicos quanto na missa Católica. “Adorar a Deus, louvar... O louvor também ajuda, você louvando já tá, não precisa ir na igreja direto, o louvor já te ajuda, já te... É como se você tivesse na igreja” (Cláudia). “Três vezes por semana aquilo é oração [...] é maravilhoso!” (Lourdes).

Dentro dos rituais religiosos, mais especificamente, na práticas das orações, dois participantes, Bernardo e Beatriz, relatam um tipo de vivência mais profunda, aquela que coloca o fiel em contato com o sagrado por meio do silêncio, da intimidade com Deus, que faz a pessoa perceber a presença divina quando ela se volta para dentro de si.

*São as orações que você faz que te dá esse suporte, porque é você conseguir tocar o coração de Deus com as tuas orações. É você abrir o coração pra Deus e Ele olhar e falar... Vou te ajudar, mas no tempo Dele, entendeu [...] é tipo assim, é uma intimidade, por exemplo, por mais que eu tô tentando ser o mais direto com o doutor, é... com Deus eu tenho mais intimidade para falar com Deus, mais liberdade pra falar com Deus... então, isso me faz com que eu me abra mais meu coração (Bernardo).*

“É o momento que a gente tá, de intimidade com Deus ali, conversando, falando, louvando [...] Tem momentos de adoração e tem momentos de silêncio” (Beatriz). Nestas duas narrativas, há o apontamento para uma das mais profundas experiências religiosas/espirituais; aquela que propicia o encontro com o sagrado por meio do silêncio das orações, por meio da “abertura do coração” a Deus. Tais experiências foram pouco descritas no decorrer da pesquisa, em grande parte talvez, pela presença ainda de sintomas de aflição e sofrimento psíquico, pelo fato de a amostra ser caracterizada por pessoas que fazem tratamento para algum tipo de sofrimento mental. A vivência psicopatológica acaba dificultando a vivência de experiências de plenitude e de encontro com o sagrado por meio do silêncio, da paz, mas não impedindo.

Dentro do percurso existencial do ser humano em direção à espiritualidade, à busca por Deus, há algumas passagens bem marcantes em Santo Agostinho e em alguns

teólogos místicos, como Mestre Eckhart e Marguerite Porete, que mostram que o encontro com Deus se dá no recanto mais íntimo da alma, no interior do próprio eu, ou seja, no mais pleno encontro consigo mesmo. Santo Agostinho expressa em algumas de suas obras, como em *As Confissões* e em a *Verdadeira Religião*, que após muito procurar por Deus no mundo exterior, em seu conturbado percurso existencial, O encontra dentro de si mesmo, em sua alma: “Não saias de ti, mas volta para dentro de ti mesmo, a Verdade habita no coração do homem” (AGOSTINHO, 2012, p. 389-90). Como afirma Vasconcellos (1999, p. 47,48,49), há um paradoxo no sentido de que Deus está dentro de nós mesmos e, ao mesmo tempo, nos transcende:

*A verdade é interior e também transcendente àquele que a procura [...] Na reflexão agostiniana, Deus está na alma; é aí que Ele se revela: na mais profunda interioridade da alma. Assim sendo, procurar a Deus e a alma significa, para o homem, procurar a si mesmo [...] É dirigindo o olhar para o mais profundo de si mesmo, que o homem vai reconhecer-se em sua própria natureza espiritual* (VASCONCELLOS, 1999, p. 47-9).

O teólogo místico, excomungado pela Igreja, Mestre Eckhart, descreve, em sua obra *O Homem Nobre*, como o encontro com o sagrado se dá pelo cultivo do que ele chama “o homem interior”. O teólogo faz uma analogia com a água e o sol para descrever que a semente divina está no fundo da alma de todo ser, embora possa ser encoberta e passar despercebida se o indivíduo se volta apenas para o “mundo externo” e abandona sua interioridade. Em uma das analogias, a fonte de água pode ser coberta por terra, mas sempre estará lá; basta que se remova toda a terra para que a fonte volte a jorrar (MESTRE ECKHART, 2004). Na analogia com o sol, seu brilho pode ficar encoberto pelas nuvens; mas, assim que passarem, ele voltará a resplandecer. Mestre Eckhart (2004) enumera seis momentos ou degraus que levam ao crescimento da semente divina, dentro do processo de divinização do homem: inicialmente, adota-se um modelo a ser seguido, como o de uma pessoa boa ou um santo, e gradativamente vai abandonando os modelos exteriores e aproximando-se cada vez mais de Deus, na intimidade de Deus até tornar-se filho/a de Deus e assumir a imagem divina.

Outra teóloga mística que enfatiza o encontro com o divino a partir da interioridade é Marguerite Porete, a qual foi condenada pela Inquisição. Porete (2008), em sua obra *O espelho das almas simples e aniquiladas e que permanecem somente na vontade e no desejo do Amor*, descreve o caminho do ser humano em direção ao sagrado, no qual ele deve passar por “três mortes” e sete degraus em seu processo de divinização e desprendimento das coisas materiais e prazeres

que agradam aos seus sentidos, para que a alma possa se fundir a Deus (DINIZ; SILVA; COSTA, 2018). Esta perspectiva Poretiana se aproxima muito das cosmologias orientais, onde há um esvaziamento e aniquilamento do eu e um retorno e fusão ao Cosmos.

### *Experiências de Superação do Sofrimento*

Esta última categoria diz respeito às narrativas que apontam para algum tipo de superação das experiências de aflição, incluindo a transformação da experiência emocional, no sentido de se experimentar algum tipo de vivência emocional positiva, ainda que transitoriamente. As experiências de superação do sofrimento e transformações emocionais positivas apareceram no contexto da pesquisa nas seguintes situações: em atividades cotidianas, nas práticas profissionais e religiosas de “cura”, na concepção da pessoa de possuir “razão ou razões para viver” e nas práticas de ajudar o outro.

“Amo praia, uma das coisas que me ajuda muito quando eu tô em crise depressiva é a praia, me ajuda muito” (Lúcia).

*Mas por outro, quando eu faço e eu consigo, tipo pedalar [...] andar na via, com um monte de carro, me realiza porque me dá aquela sensação de superação [...] assim, dá uma sensação de bem-estar, de liberdade, dá uma desvanecida, é uma delícia (Beatriz).*

Nas práticas religiosas de cura, há relatos de superação das experiências de sofrimento e transformações positivas da experiência em alguns rituais, como nos louvores, nas orações, na própria ida ao culto, no ritual de “falar em línguas”, na Comunhão e na Adoração ao Santíssimo Sacramento. “Bota o louvor pra você ouvir, seu pensamento vai a Deus, quando você vê, você tá tranquilo, suave” (Renata). “Até hoje quando eu escuto eu choro” (Marcela).

*O terço, né? Às vezes, eu tô no ônibus, começo a sentir que vai me dar alguma coisinha, tiro o terço do pulso começo a rezar e não tô nem aí, quietinha na minha, as pessoas olham assim e eu nem me importo, mas faz eu me sentir um pouco melhor também (Lúcia)*

A participante Bárbara relata os efeitos benéficos de sua ida ao culto sobre seu estado emocional

*Então, muitas das vezes eu ia sem vontade alguma, aí chega lá, aquilo é bom, é gratificante. Foi legal [...] você se enche espiritualmente, enche a tua alma, ale-*

*gra a tua alma [...] a sensação é muito bom! É prazerosa demais! Você se sente muito feliz, muito alegre. O coração... A alma fica leve, fica alegre, sabe, você chora na presença de Deus (Bárbara).*

Segue o relato da participante Marcela sobre o ritual de falar em línguas. “Você sente um calor muito grande, uma coisa assim [...] Entrevistador: Isso chegou a acontecer com você? De falar em línguas. Participante: Várias vezes [...] Ah, é uma alegria. Uma alegria muito grande [...] Nunca senti nada igual” (Marcela). Em algumas práticas religiosas, aparecem relatos onde os participantes sentem a presença do Espírito Santo, como na Adoração ao Santíssimo Sacramento.

*Leveza! Às vezes, dá um arrepio, aí a gente fala na igreja que é a presença do Espírito Santo mesmo, né? E aí mexe muito, sabe? Mexe com o quê você tá sentindo e você sai de lá bem, trabalha mesmo em quem acredita, eu acredito nisso, né, que Ele tá trabalhando. E me ajuda a passar por aquilo ali, então, é isso, né (Lúcia).*

“É uma emoção, eu não consigo ficar sem chorar [...] Eu sinto a presença de Deus na hora [...] Esquenta o peito, arrepiam os cabelos até embaixo., É... Parece que você tá levitando” (Beatriz). Sobre o ritual da Comunhão, Beatriz descreve as seguintes vivências emocionais que experimenta: “Às vezes você tá desanimado, você vai numa missa, você pega comunhão, você já sai dali mais fortalecido [...] Acalma, dá uma sensação de paz, às vezes dá vontade de chorar. Mas gera alegria, felicidade [pausa] É isso” (Beatriz).

As narrativas seguintes apontam para o que confere sentido à vida dos participantes, aparecendo tanto a família em geral quanto a fé e a religiosidade como as principais fontes de sentido. “A minha filha pequena sempre tava comigo, se eu tava chorando ela falava: mãe, não fica assim não! Sempre tava comigo junto, é minha companhia ela, sempre foi [...] ela foi assim o que me levantou, que me deu força para poder continuar, não ficar depressiva” (Claudia). “O que me faz mesmo seguir em frente é os meus filhos, que eu admiro muito, gosto muito e o meu trabalhinho na minha igreja que é pouquinho coisa, mas me agrada e só” (Renata). No entanto, em muitos relatos relacionados ao sentido para a vida, aparece muitas vezes mais uma referência a um “manter-se vivo” ou mesmo uma ausência de sentido que propriamente um desejo genuíno pela vida. “Acredito que a fé, eu acho que se eu não tivesse, seria bem mais complicado, bem mais, não sei nem se eu estaria aqui não. Eu acho que o que me segurou aquele dia para eu não me esfaquear foi Deus” (Lúcia). “De ficar assim depressiva, ficar triste, é, às vezes, acordar e ‘por que que eu tô acordando? Por que que eu tô, o quê que eu tô fazendo aqui?’” (Bárbara). As mesmas par-

ticipantes, em outros relatos, mostram como Deus e a família lhe ajudaram e lhe ajudam a encontrar algum sentido. Esta ambivalência e, mesmo, um hesitar no momento de responder às perguntas sobre o sentido para a vida em quase todas as entrevistas, parecem estar, em grande parte, relacionados às vivências psicopatológicas, as quais acabam dificultando que a pessoa experiencie um sentido para a vida mais pleno.

Alguns participantes relataram também a importância de ajudar o outro, o quanto ajudar outras pessoas lhe fazem sentirem-se melhor. “É gratificante, te faz sentir bem... Então, eu me sinto muito bem em poder ajudar as pessoas.” (Bernardo). “Esse trabalho me faz muito bem, eu gosto muito dos velhinhos” (Renata). Estas narrativas mostram uma importante passagem no caminho existencial dos participantes da pesquisa, da posição de serem ajudados para a posição de ajudar. Há uma passagem, portanto, da aflição e passividade para sentimentos de gratificação/realização por meio de uma atitude positiva de fazer o bem ao outro. No entanto, estes relatos também apareceram com pouca frequência na pesquisa, sendo tais práticas mais esporádicas na vida religiosa dos participantes que a descreveram. Isto, possivelmente, se deva também às vivências de sofrimento mental que, de alguma forma, impedem o acesso a estados de maior plenitude e realização, embora haja um vislumbre destes estados em alguns relatos.

Kierkegaard, em *As Obras do Amor* (2012), defende que a realização existencial do indivíduo deve necessariamente passar pelo amor incondicional, que o amor ao próximo deve ser o parâmetro das relações (BASTOS, 2016). Kierkegaard (2012) mostra que, no Cristianismo, o próximo é quem está à nossa frente, o estrangeiro, o desconhecido. Dentro desta lógica, o filósofo critica o amor exclusivista, voltado apenas para os “iguais”, os amigos e familiares, ao mesmo povo, que exclui todo o resto, o diferente (BASTOS, 2016). Ao contrário, o pensador dinamarquês defende que a ética cristã propõe, na verdade, um amor inclusivista, que não exclui e que acolhe todo e qualquer ser humano.

O psiquiatra austríaco Viktor Frankl, sobrevivente a quatro campos de concentração nazista, afirma que uma das principais fontes de sentido para a vida é o que ele chama de autotranscendência, que ocorre quando o ser humano vai além de si próprio em direção ao mundo, seja na dedicação a uma causa maior que a própria pessoa, seja na rendição pessoal a outro ser (FRANKL, 2007). Em Lèvinas (2005), há a indicação da experiência de transcendência por meio do encontro com a alteridade, da responsabilização pelo outro.

Na dimensão imanente da salvação, relacionada ao senso de realização e sentido na vida que, segundo Frankl (2007), deve ser construído e reconstruído a cada dia nas situações concretas da existência, o que parece mais estar presente é justamente o movimento de “voltar para dentro de si”, no encontro com o sagrado,

e o voltar-se para o outro, no sentido da ajuda, do cuidado. Neste sentido, há a valorização por parte de alguns teólogos, como em Tomás de Aquino (2001), da chamada vida mista, que compreende uma coexistência da vida contemplativa (voltada para a busca da Verdade, do divino, dentro de si) e da vida ativa (que corresponde às ações, obras voltadas para a alteridade).

## CONSIDERAÇÕES FINAIS

Nas diferentes narrativas expressas nesta pesquisa, que possibilitam o acesso às experiências vividas, podemos perceber os caminhos de idas e vindas, desde as experiências de sofrimento/aflição até as experiências de superação do sofrimento, que levam, ao menos, a um vislumbre da salvação, entendida neste trabalho, sobretudo, a partir de sua dimensão imanente, ou seja, enquanto um senso de realização e propósito na vida. Para lidar com o sofrimento e buscar superá-lo, os participantes lançaram mão de diversas estratégias de enfrentamento, como as atividades cotidianas, o apoio social, as mudanças de atitudes nas relações interpessoais, além das práticas profissionais e religiosas de cura.

Os efeitos positivos da religiosidade sobre os participantes apareceram, principalmente, nos relatos relacionados à proteção contra o suicídio, nos rituais religiosos e no apoio social, sendo, portanto, mais transitórios. As práticas de ajudar o outro e ter um sentido para a vida, importantes indicadores de saúde mental, apareceram de forma mais esporádica e mais frágil, respectivamente, na vida dos participantes. Isto, talvez, se deva à presença da psicopatologia, que dificulta o acesso a estados de maior realização e plenitude. Os relatos de encontro com o sagrado por meio do silêncio da oração, tal como descrito por diversos místicos e teólogos, como Santo Agostinho e Mestre Eckhart, também foram menos frequentes.

Algumas limitações do estudo merecem ser mencionadas, como o número de participantes e a homogeneidade destes quanto à filiação religiosa. Contudo, ainda com uma amostra relativamente pequena, foi possível explorar com riqueza a experiência subjetiva dos participantes. A homogeneidade é relativizada pelo fato de dois deles terem tido experiência com o Candomblé, ainda que retornando posteriormente ao Cristianismo. Por outro lado, sabe-se que na rede pública brasileira de saúde, frequentada em sua maior parte pelas classes populares, há, em geral, um predomínio de cristãos, sobretudo, evangélicos, e uma parcela muito pequena de espíritas-kardecistas.

Finalizando o trabalho, entendemos que os percursos existenciais traçados pelos diferentes participantes constituem diferentes possibilidades para a existência humana, caminhos não-lineares de idas e vindas; que mesmo que o ser humano experiencie estados de sofrimento, ele/a pode vislumbrar, acessar estados de

realização, traçando um percurso que vai desde a aflição até a salvação, ainda que o *pathos* seja inerente ao humano. Parece-nos que o movimento para dentro (Deus no interior da alma) – vida contemplativa - e para fora (ajudar o outro, autotranscendência) – vida ativa - é que possibilita o alcance dos mais altos degraus da caminhada existencial, quando as vivências de cura – como entendida neste trabalho – e de salvação se entrelaçam.

## FROM DISTRESS TO SALVATION: EXISTENTIAL PATHS OF MENTAL HEALTH USERS

**Abstract:** *the objective of this article was to extract theological-existential implications of a field research on the relationship between religiosity and mental suffering experiences. The theoretical foundation was in the Sciences of Religion, in authors such as Saint Augustine and Master Eckhart, and in Kierkegaard's existentialism. Semi-structured interviews were conducted with users of the public health care system, who regularly attend a religion. Three categories of analysis were constructed: experiences of suffering, coping strategies and experiences of overcoming suffering, which point to the different paths traced by the participants, from distress to healing / salvation.*

**Keywords:** *Suffering Experiences. Sciences of Religion. Existentialism. Salvation. Mental health.*

### Notas

- 1 Neste trabalho, utilizaremos de modo intercambiável as noções de sofrimento e aflição.
- 2 Salvação é tomado no presente trabalho tanto no sentido Bíblico-teológico, enquanto acesso ao Reino dos Céus quanto relacionada a um senso de realização e propósito na vida, havendo uma relação, portanto, entre transcendência e imanência. Enfatizamos, contudo, o segundo aspecto, entendendo que a noção Bíblica do Reino dos Céus como dentro de vós pode também ser compreendida como uma realização no aqui e agora. Como aponta Dobberahn (1993), em várias passagens Bíblicas, pode-se notar uma intrínseca relação entre cura e salvação, onde a primeira é parte essencial da última. Além disto, o autor afirma que a salvação não se restringe apenas à alma, à dimensão transcendente, mas “na Bíblia inteira, inclui, em seu direcionamento salvífico para Deus, ‘integridade’ e ‘bem-estar’ para o ser humano em seu todo” (DOBBERAHN, 1993, p. 279).

### Referências

- AGOSTINHO De Hipona. *Confissões*. Braga: Livraria Apostolado da Imprensa, 1990.
- AGOSTINHO De Hipona. *A verdadeira religião/De vera religione*. Edição bilíngue português/latim. Tradução: Paula Oliveira e Silva e Manuel Ramos. Introdução e notas: Paula Oliveira e Silva. Porto: Edições Afrontamento, 2012.



- AQUINO, Tomás de. *Suma Teológica*. v. I, 2. ed. São Paulo: Loyola, 2001.
- BARDIN, Laurence. *Análise de conteúdo*. São Paulo: Edições 70, 2011.
- BASTOS, Raiza Drielle dos S. *A prática do amor: a relação ética em Soren Kierkegaard*. Monografia (Licenciatura em Filosofia) Universidade Federal do Maranhão, São Luis, 2016.
- BENTO XVI, Papa. *Deus Caritas Est*. Roma, 25 dez. 2005. Disponível em: [http://www.vatican.va/content/benedict-xvi/pt/encyclicals/documents/hf\\_ben-xvi\\_enc\\_20051225\\_deus-caritas-est.html](http://www.vatican.va/content/benedict-xvi/pt/encyclicals/documents/hf_ben-xvi_enc_20051225_deus-caritas-est.html). Acesso em: 23 mar. 2020.
- BUBER, Martin. *Do diálogo e do dialógico*. São Paulo: Centauro, 2006.
- CARPENTER, Thomas; LANEY, Tyler; MEZULIS, Amy. Religious Coping, Stress, and Depressive Symptoms Among Adolescents: a prospective Study. *Psychology of Religion and Spirituality*, v. 4, n. 1, p. 19-30, 2012.
- CSORDAS, Thomas. *Corpo/significado/cura*. Porto Alegre: Ed. UFRGS, 2008.
- DINIZ, Janaína Oliveira; SILVA, Adelino Pereira da; COSTA, Pedro Claudemir da Cruz. Marguerite Porete e a morte como reencontro de si. In: COLÓQUIO INTERNACIONAL ESTÉTICA E EXISTÊNCIA, III, 2018, João Pessoa. Disponível em: <https://www.doity.com.br/anais/esteticaeexistencia/trabalho/74322>. Acesso em: 23 mar. 2020.
- DOBBERAHN, Friedrich E. Estudos bíblicos sobre cura e salvação. *Estudos Teológicos*, São Leopoldo, v. 33, n. 3, p. 278-293, 1993.
- ECKHART, Meister. *O homem nobre*. Tradução e comentários: Osmar Schaefer e Agemir Bavaresco. Pelotas: Educat, 2004.
- FRANKL, Viktor Emil. *A presença ignorada de Deus*. 11. ed. São Leopoldo: Sinodal; Petrópolis: Vozes, 2007.
- GROLEAU, Danielle; YOUNG, Allan; KIRMAYER, Laurence J. The McGill Illness narrative interview (MINI): an interview schedule to elicit meanings and modes of reasoning related to illness experience. *Transcultural Psychiatry*, London, v. 43, n. 4, p. 697-717, 2006.
- KIERKEGAARD, Soren A. *As obras do amor: algumas considerações cristãs em forma de discurso*. Tradução de Álvaro L. M. Valls. Petrópolis: Vozes, 2012.
- KIERKEGAARD, Soren A. *Pós-escrito às migalhas filosóficas*. Tradução de Álvaro L. M. Valls e Marília Murta de Almeida. Petrópolis: Vozes; Bragança Paulista: Ed. Universitária São Francisco, 2016. V. II.
- KOENIG, Harold G.; LARSON, David B. Religion and mental health: evidence for an association. *International Review of Psychiatry*, London, v. 13, p. 67-78, 2001.
- LARA, Ernesto Valencia. *O amor a partir duma perspectiva antropológico-teológica: entre o eros e a caritas*. 2017. Dissertação (Mestrado em Ciências Religiosas) - Universidade Católica Portuguesa, Lisboa, 2017.
- LEAL, Erotildes Maria et al. McGill entrevista narrativa de adoecimento-MINI: tradução e adaptação transcultural para o português. *Ciência & Saúde Coletiva*, Rio de Janeiro, v. 21, n. 8, p. 2393-2402, 2016.
- LÈVINAS, Emmanuel. *Entre Nós*. Tradução: Pergentino S. Pivetto. Petrópolis: Vozes, 2005.

- MARTINS, Alexandre Andrade. Antropologia integral e holística: cuidar do ser e a busca de sentido. *Bioethikos*, São Paulo, v. 3, n. 1, p. 87-99, 2009.
- PARK, Crystal; HOLT, Cheryl; LE, Daisy; CHRISTIE, Juliette; WILLIAMS, Beverly Rosa. Positive and Negative Religious Coping Styles as Prospective Predictors of Well-Being in African Americans. *Psycholog Relig Spiritual*, v. 10, n. 4, p. 318-326, 2018.
- PORETE, Marguerite. *O espelho das almas simples e aniquiladas e que permanecem somente na vontade e no desejo do amor*. Tradução e notas de Silvia Schwartz. Petrópolis: Vozes, 2008.
- ROESE, Anete. Sofrimento espiritual, busca de sentido e espiritualidade. *Revista Pistis & Praxis: Teologia e Pastoral*, Curitiba, v. 3, n. 2, p. 333-359, 2011.
- SELLI, Lucilda. Dor e sofrimento na tessitura da vida. In: JUNGES, José Roque; GARRAFA, Volnei (org.). *Solidariedade crítica e cuidado: reflexões bioéticas*. São Paulo: Loyola, 2011. p. 63-70.
- SELLI, Lucilda; MENEGHEL, Stela; JUNGES, José Roque; VIAL, Eloir Antônio. O cuidado na resignificação da vida diante da doença. In: JUNGES, José Roque; GARRAFA, Volnei (org.). *Solidariedade crítica e cuidado: reflexões bioéticas*. São Paulo: Loyola, 2011. p. 53-62.
- SILVA, Marcos da Silva e. O sofrimento (*pathos*) enquanto condição para a existência: uma leitura em Kierkegaard. *Griot – Revista de Filosofia*, Amargosa, v. 3, n. 1, p. 94-108, 2011.
- VASCONCELLOS, Manoel. *A interioridade como via de acesso a Deus no pensamento de Santo Agostinho*. *Dissertatio*, Pelotas, n. 10, p. 45-60, 1999.