



## Batendo na Porta do Céu: O Sofrimento Como Porta de Entrada Para a Experiência do Sagrado

Knockin' on Heaven's Door: Suffering as a Gateway to the Experience of the Sacred

José Fábio Bentes Valente<sup>1</sup>

Fátima Flores de Vargas<sup>2</sup>

Fanuel Santos de Souza<sup>3</sup>

**Resumo:** O objetivo deste artigo consiste em analisar como as religiões funcionam como sistemas de significados que possibilitam a resignação à morte e a construção de sentido durante crises existenciais. A pesquisa, no que concerne os seus aspectos metodológicos, se dá por meio de uma revisão bibliográfica interdisciplinar, entre as áreas da antropologia, fenomenologia, psicologia entre outras. Como resultados alcançados, pode-se verificar que as tradições religiosas oferecem narrativas e rituais que transcendem a dor e integram dimensões individuais e coletivas. Nesse aspecto, destaca-se o desempenho das comunidades como redes de apoio e a pujança simbólica de práticas ritualísticas, que reorganizam a percepção do sofrimento. Apesar disso, identifica-se uma polaridade: se, por um lado, a religião promove resiliência e crescimento espiritual, por outro, pode perpetuar desigualdades ou patologizar a dor.

**Palavras-chave:** Religiões. Sistemas de Significados. Crises existências. Narrativas.

**Abstract:** The objective of this article is to analyze how religions function as systems of meaning that enable resignation to death and the construction of meaning during existential crises. The research regarding its methodological aspects takes place through an interdisciplinary bibliographic review, among the areas of anthropology, phenomenology, psychology, among others. As results achieved, it can be seen that religious traditions offer narratives and rituals that transcend pain and integrate individual and collective dimensions. In this aspect, the performance of the communities as support networks and the symbolic strength of ritualistic practices stand out, which reorganize the perception of suffering. Despite this, a polarity is identified: if, on the one hand, religion promotes resilience and spiritual growth, on the other hand, it can perpetuate inequalities or pathologize pain.

**Keywords:** Religions. Systems of Meanings. Crises stocks. Narratives.

<sup>1</sup> Mestre em Ciências da Religião pela Faculdade Unida de Vitória (FUV). Faz doutorado pela Universidade Católica de Pernambuco (UNICAP). Professor dos Cursos de Graduação e Pós-graduação da Faculdade Boas Novas (FBN-AM). E-mail: [prof.fabiovalente@gmail.com](mailto:prof.fabiovalente@gmail.com). Lattes: <https://lattes.cnpq.br/3485300858010922>. Orcid: <https://orcid.org/0000-0002-7624-5261>.

<sup>2</sup> Doutora em Antropologia Social pela Universidade Federal do Amazonas (UFAM). Mestra em Sociologia por essa mesma Universidade. Diretora Acadêmica da Faculdade Boas Novas (FBN-AM). E-mail: [fati.jornalista@gmail.com](mailto:fati.jornalista@gmail.com). Email. Lattes: <http://lattes.cnpq.br/4495043237405516>. Orcid: <https://orcid.org/0000-0002-4758-2285>

<sup>3</sup> Doutor em Sociedade e Cultura pela Universidade do Amazonas (UFAM). Mestre em Ciências das Religiões pela Faculdade Unida de Vitória (FUV). Graduado em Direito pela Universidade Luterana do Brasil (ULDB). Graduado em Pedagogia pela Faculdade Boas Novas (FBN), em que é professor dos cursos de Graduação e Pós-graduação por esse mesma Instituição. Email. [fanedheny@gmail.com](mailto:fanedheny@gmail.com). Lattes: <https://lattes.cnpq.br/8962277137668312>. Orcid: <https://orcid.org/0000-0001-8406-6346>.



## Introdução

O sofrimento, para a condição humana, se torna uma experiência complexa que abarca mais do que apenas a dor física, como também aspectos psicológicos, sociais e espirituais de cunho existencial. Nesse aspecto, as tradições religiosas, por um viés historiográfico, têm fornecido sistemas interpretativos que permitem aos indivíduos não apenas compreender as suas experiências de sofrimento, como também incorporar as narrativas com significados e propósitos de maior magnitude. O objetivo deste estudo é analisar como as religiões são criadoras de sistemas de significados que possibilitam a resignação à morte e a construção de sentido durante crises existenciais.

A questão principal deste estudo é como, num cenário contemporâneo caracterizado pelo pluralismo religioso e pela fragmentação de narrativas unificadoras entre os indivíduos, as pessoas acabam utilizando recursos simbólicos, ritualísticos e comunitários da tradição religiosa para confrontar e superar seus sofrimentos. Como as religiões fornecem referências interpretativas que podem transformar experiências aparentemente absurdas, e se transformam em oportunidades de crescimento e transcendência? Em que sentido a eficácia simbólica dos rituais religiosos na reinterpretação do sofrimento determinado é relevante? Quais os papéis das comunidades religiosas como redes de apoio e solidariedade na superação de experiências dolorosas?

A fim de responder esses questionamentos, a primeira seção, Fenomenologia do Sofrimento e a Busca por Sentido, analisa como a natureza do sofrimento humano por uma perspectiva fenomenológica, acaba enfatizando uma dimensão interpretativa, bem como uma conexão que reverbera por significados existenciais, que remetem a humanidade a enfrentar questões fundamentais sobre o significado da vida.

No segundo momento, a Religião como Sistema Simbólico sob as Estruturas de Significado de Sofrimento, se aloca em examinar a função da religião como um sistema de símbolos, no que concerne as suas disposições e motivações significativas, no que concerne as concepções mais abrangentes da existência humana. Analisa-se ainda, de que maneira as tradições religiosas oferecem estruturas interpretativas que ajudam os indivíduos a compreenderem suas experiências dolorosas dentro de um contexto mais ampla de significado, permitindo não apenas alívio, mas também a transformação da experiência do sofrimento.



Por fim, discute-se como o Entrelaçamento Psicológico entre Sofrimento e Experiência Religiosa atua como um aparelho de ressignificação da dor, trazendo benefícios, quer de cunho terapêuticos como os riscos de patologização, quer o cuidado com a saúde mental.

## **1. A Fenomenologia do Sofrimento e a Busca por Sentido**

O sofrimento como um traço natural ao ser humano tem sido causa de debates filosóficos e teológicos ao longo da história. Para compreender como a religião funciona como um sistema de significado para o sofrimento, é preciso, primeiro, olhar a natureza fenomenológica do sofrer humano e sua ligação com a busca por sentido. Dalgalarondo (2008, p. 41), destaca que "a experiência religiosa geralmente surge como resposta às situações-limite da existência, sendo o sofrimento uma das mais significativas".

Esta interseção entre religiosidade e sofrimento constitui uma área abrangente para as Ciências da Religião, pois, de modo latente e patente se presentifica através da experiência humana onde o sagrado frequentemente manifesta-se como possibilidade de transcendência da dor. A perspectiva fenomenológica, entretanto, possibilita a compreensão não somente do significado das manifestações externas dessas opiniões, mas também dos significados atribuídos às pessoas e dos métodos de enfrentamento propostos por elas ao longo de suas jornadas de busca.

No que tange a esse aspecto, o sofrimento constitui uma experiência que vai além de uma mera sensação de dor, englobando a pessoa nas suas dimensões físicas, mentais, sociais e espirituais. Segundo Jaspard (2004, p. 196), "o sofrimento é uma experiência que impacta de maneira específica a consciência humana, sendo vivenciado como limitações e vulnerabilidade extremas que afetam profundamente o núcleo da identidade pessoal". Esta complexidade da experiência do sofrimento revela seu caráter plural e seu impacto desestabilizador sobre a construção de sentido do indivíduo.

Edênio Valle (1998), em sua obra *Psicologia e Experiência Religiosa*, trazendo um ideário metalinguístico, argumenta que o sofrimento possui uma dimensão hermenêutica efetiva, pois exige do indivíduo uma interpretação de sua condição e um posicionamento existencial que frequentemente ativa recursos religiosos presentes em seu contexto cultural. O sofrimento, nesse aspecto, se apresenta como um texto existencial que requer leitura e interpretação, enquanto as tradições religiosas disponibilizam



gramáticas interpretativas que possibilitam essa análise, oferecendo categorias simbólicas que permitem nomear, contextualizar e, ambientalmente, transcender uma experiência da dor.

Assim sendo, a fenomenologia do sofrimento nos mostra que, mais do que um estado físico ou emocional transitório, o sofrimento confronta o ser humano com questões fundamentais acerca do sentido da existência. Viktor Frankl (2024, p. 76), fundador da Logoterapia, coadunando a essa linha de raciocínio afirma que "o sofrimento deixa de ser sofrimento, de alguma forma, quando encontra um sentido, como o sentido de um sacrifício". Esta perspectiva evidencia uma relação entre a experiência do sofrimento e a necessidade humana de atribuir significado às suas vivências, especialmente àquelas marcadas pela dor e pela adversidade.

Esse ideário de busca de sentido frente ao sofrimento, segundo Pessini (2010), constitui uma dimensão fundamental da experiência religiosa, manifestando-se de formas distintas nas diversas tradições presentes no mundo cada vez mais plural. O sofrimento, nesta perspectiva fenomenológica, não se apresenta apenas como um problema a ser resolvido, mas como um mistério a ser vivido e integrado na totalidade da existência, e as tradições religiosas oferecem precisamente marcos simbólicos e narrativos para essa integração.

É justamente nessa propulsão fenomenológica que os postulados de Rudolf Otto (2000), concernente ao conceito de numinoso, utilizado para descrever o encontro com o sagrado como experiência que contém simultaneamente o terrificante (*mysterium tremendum*) e o fascinante (*mysterium fascinans*), cujo aporte de ambivalência reside parte do poder das religiões em conferir significado ao sofrimento, pois: "A experiência do numinoso não apenas situa o sofrimento como parte de uma ordem transcendente, mas também o reveste de um caráter misterioso e fascinante que, embora não elimine a dor, confere-lhe uma dimensão de possibilidade de transcendência e transformação" (Otto, 2000, p. 43).

Ao se fazer uma análise dos pressupostos ottonianos no parágrafo acima, observa-se que a experiência religiosa do numinoso, tal como vivenciada no contexto brasileiro, frequentemente articula o terrificante e o fascinante com práticas de cura e libertação, oferecendo não apenas uma explicação para o sofrimento, mas também rituais para sua superação, pois os rituais religiosos, neste aspecto, funcionam como dispositivos



performativos que não apenas explicam o sofrimento, mas oferecem experiências em que o indivíduo pode ressignificar sua dor, situando-a em um horizonte que transcende e que lhe dá sentido ao aparentemente absurdo da existência.

Cabe destacar, que cada vez mais a sociedade no tempo presente é marcada pelo pluralismo de visões de mundo e pela fragmentação de narrativas unificadoras, a experiência do sofrimento nos indivíduos pode tornar-se ainda mais perturbadora, como observa Paulo Dalgalarondo (2008), pois o sofrimento humano constitui um dos maiores desafios para qualquer sistema de significado, especialmente em contextos culturais onde a expectativa de felicidade imediata e conforto permanente tornou-se normativa.

Segundo Alberto da Silva Moreira (2008), p. 72), este cenário no Brasil contemporâneo, se destacada pela "pluralização do campo religioso brasileiro, gerando uma multiplicidade de teodiceias disponíveis, possibilitando aos indivíduos a navegação por diversos sistemas de significado na busca por sentido para suas experiências de sofrimento". Esta pluralização, se por um lado amplia as possibilidades de significação, por outro intensifica a responsabilidade individual na construção de sentido, criando o que alguns autores têm denominado "bricolagem religiosa", uma composição personalizada de elementos provenientes de diferentes tradições na busca por marcos interpretativos para o sofrimento.

Quanto a esses aspectos interpretativos, a fenomenologia do sofrimento permite compreender que uma experiência da dor vai além do âmbito meramente sensorial configurando-se como uma realidade existente que exige interpretação e integração em um sistema de significados. Tais pressupostos se aportam em uma visão semiótica, cuja capacidade de oferecer signos e símbolos permite nomear e interpretar uma experiência de sofrimento, constituindo assim um dos seus aspectos fundamentais que permitem que um indivíduo se mova através de categorias culturalmente disponíveis e, de forma integrada na experiência coletiva.

Nesse sentido, se aportando por pressupostos de Mircea Eliade, no que concerne a religião funcionar como um sistema que distingue o sagrado do profano, esta acaba estabelecendo uma ordem cosmológica às experiências humanas que podem incluir o sofrimento, ou seja, "Pessoas religiosas acreditam na existência de uma realidade absoluta, o sagrado, que existe fora deste mundo e se manifesta aqui, santificando e destruindo o mundo real" (Eliade, 2018, p. 164). Nesse interim, estes indivíduos



acreditam que a vida tem uma origem sagrada e que a existência humana sintoniza todas as suas potencialidades no sentido de que é religiosa, ou que participa da realidade.

Esse ideário, quando se aloca no contexto brasileiro, para Camurça (2008), esses intensos processos de sincretismo e hibridação entre sagrado e profano vão adquirindo significados específicos, permitindo assim, múltiplas reelaborações de experiências de sofrimento por meio de representações simbólicas. Essa diversidade de repertórios expande expressivamente os significados religiosos do sofrimento ao fornecer aos indivíduos uma variedade interpretativa que podem ajudá-los a desenvolver um senso de propósito para suas experiências mediante ao sofrimento.

Esta participação na realidade sagrada oferece ao indivíduo religioso um quadro interpretativo no qual o sofrimento pode ser compreendido não como evento absurdo ou sem sentido, mas como parte de uma narrativa mais ampla que o transcende e, potencialmente, o redime. A religião, portanto, oferece ao sofrimento uma linguagem pela qual ele pode ser expresso, um contexto no qual pode ser situado e um horizonte teleológico no qual pode encontrar resolução ou transcendência.

Nas religiões populares, como por exemplo, as religiões de matiz africana e indígena, Carlos Rodrigo Brandão (2007) destaca que nelas, o sofrimento frequentemente é integrado em narrativas de redenção e transformação, onde a dor atual é ressignificada como etapa em um processo mais amplo de liberação e cura. Esta dimensão narrativa das religiões tem uma capacidade de situar as experiências fragmentárias do indivíduo em um enredo coerente e significativo, conferindo-lhe uma eficácia na significação do sofrimento, permitindo que experiências aparentemente caóticas e desintegradoras sejam percebidas como partes de uma história maior que lhes confere sentido e propósito.

Jean-Marie Jaspard (2004), complementa esta análise destacando que a ressignificação religiosa do sofrimento envolve não apenas a dimensão cognitiva da atribuição de sentido, mas também dimensões emotivas, corporais e relacionais que são mobilizadas através de práticas rituais, devocionais e comunitárias. Sendo assim, esta multidimensionalidade da experiência religiosa confere-lhe particular potência na significação do sofrimento, possibilitando que a resposta à dor não seja apenas intelectual ou doutrinária, mas envolva a pessoa em sua totalidade existencial.

Convém destacar que a busca por sentido em meio ao sofrimento manifesta-se de forma nos contextos de doença, luto e finitude, onde a vulnerabilidade da condição



humana torna-se particularmente evidente. Sendo assim, Maria Julia Kovács (2010), observa que nas situações de enfrentamento da morte e do luto, as tradições religiosas oferecem não apenas explicações cosmológicas, mas também rituais comunitários que possibilitam a expressão e elaboração da dor, facilitando a reconstrução de significado após experiências de perda.

Este aspecto comunitário da significação religiosa do sofrimento, se torna o fato de que a busca por sentido ocorre não apenas individualmente, mas através de práticas compartilhadas e significados coletivamente construídos – constitui um elemento fundamental para compreendermos a eficácia das religiões neste domínio individual.

## **2. A Religião como Sistema Simbólico sob as Estruturas de Significado de Sofrimento**

Não há como não deixar de mencionar a religião como um modo de sistema simbólico, pois esta possui um conjunto de significados que ajuda as pessoas a compreenderem e darem sentido às suas experiências, incluindo aquelas marcadas pelo sofrimento. Conforme argumenta o antropólogo Clifford Geertz (2008), a religião constitui um sistema de símbolos que atua estabelecendo disposições e motivações poderosas, formulando concepções de ordem geral da existência e revestindo essas concepções com uma aura de factualidade que faz com que as disposições e motivações apresentem singularmente realistas.

Este aspecto surge com as tradições religiosas, pois estas fornecem estruturas interpretativas que ajudam as pessoas a compreenderem suas vivências dolorosas incluso em um quadro mais extenso de significação, o que possibilita não apenas a facilidade, mas também a transformação da experiência do sofrimento. Como menciona Marcelo Camurça (2008), os sistemas religiosos funcionam como manuais que organizam a experiência humana, oferecendo categorias e símbolos através dos quais os indivíduos podem articular e expressar suas vivências mais íntimas.

Essa perspectiva é fundamental para compreender como a religião proporciona um quadro interpretativo para o sofrimento ao apresentar perspectivas cosmológicas e metafísicas para a dor e o sofrimento, em que as tradições religiosas permitem que essas experiências sejam integradas numa narrativa mais ampla de significado. Como observa Sarah M. Mhitman (2007), as religiões fornecem tantas opiniões gerais sobre o mundo



quanto às maneiras específicas de conceituar o sofrimento, permitindo que os indivíduos realizem um processo de "construção de significado", diante de experiências adversárias.

Este processo não se limita a uma compreensão intelectual do sofrimento, mas envolve uma reconfiguração existencial que permite ao indivíduo situar-se novamente no mundo após experiências disruptivas. Nesse sentido, a religião oferece não apenas explicação para o sofrimento, mas também caminhos para sua integração na biografia pessoal, transformando experiências de ruptura em oportunidades de crescimento e transcendência.

No contexto brasileiro, marcado por um pluralismo religioso crescente, diferentes tradições oferecem interpretações distintas para o sofrimento. Sandra Duarte de Souza (2006) destaca que o trânsito religioso observado na modernidade brasileira reflete, em parte, a busca de indivíduos por sistemas simbólicos que oferecem respostas mais satisfatórias para suas experiências de sofrimento. Esta dinâmica evidencia como os sujeitos contemporâneos, diante da multiplicidade de ofertas religiosas, entre outros fatores, realizam escolhas baseadas na capacidade das tradições religiosas de fornecerem sentido para suas experiências de dor.

Ricardo Mariano (2013) complementa esta análise ao observar que o crescimento de determinadas denominações religiosas no Brasil está relacionado, em grande medida, à sua capacidade de oferecer respostas pragmáticas e imediatas para situações de sofrimento, especialmente entre as camadas mais vulneráveis da população que frequentemente enfrentam condições de precariedade material e existencial.

Utilizando-se de aportes do campo antropológico, a antropologia estruturalista de Claude Lévi-Strauss (2003) demonstra como os sistemas simbólicos, incluindo os religiosos, operam na organização da experiência humana. No caso específico do sofrimento, os símbolos e rituais religiosos funcionam como elementos mediadores que permitem aos indivíduos, não apenas compreendendo a sua experiência dolorosa, mas também as transformando através da ressignificação.

Essa perspectiva estruturalista se correlaciona com os estudos antropológicos de Rita Laura Segato (2005), cujos postulados de orientação religiosa permitem a elaboração de experiências traumáticas e identidade fragmentada. Pois é em rituais religiosos, que os indivíduos buscam oportunidades de acolhimento e reintegração social, marcados por



experiências de exclusão e violência, evidenciando a dimensão não apenas simbólica, mas também prática e social da religião como recurso para o enfrentamento do sofrimento.

Cabe ainda destacar que dimensão comunitária da religião constitui outro aspecto fundamental de sua função como sistema de significados para o sofrimento. Pois as comunidades religiosas funcionam como redes de suporte e solidariedade que oferecem não apenas interpretações compartilhadas para o sofrimento, mas também recursos materiais e emocionais para seu enfrentamento.

Esta coletividade da experiência religiosa se destaca em contextos de vulnerabilidade social, onde as instituições religiosas admitem volta e meia funções de abrigo e cuidado que vão além do campo espiritual. Segundo Almeida (2009), as igrejas e comunidades religiosas no Brasil no tempo presente concebem espaços importantes de sociabilidade e de pertença, o que oferece as pessoas um senso de coletiva que pode ser para a superação de experiências traumáticas e situações de isolamento social.

Insta salientar, que a eficácia simbólica dos rituais religiosos, conceito desenvolvido por Lévi-Strauss revela-se particularmente significativa no contexto do sofrimento, em que Paula Montero (2015), analisa como os rituais religiosos operam transformações na experiência subjetiva da dor através da mobilização de símbolos e narrativas que reorganizam a percepção do indivíduo sobre sua própria condição.

Segundo essa antropóloga, uma eficácia desses rituais não se reduz a um efeito placebo ou a uma manipulação psicológica, mas envolve uma verdadeira proteção do mundo vívido do sujeito, alterando sua relação consigo mesmo, com os outros e com o cosmos. Este ponto de vista permite compreender como práticas religiosas, a oração, ou ofertas, podem produzir efeitos na experiência do sofrimento, não apenas nos sintomas apáticos, mas também no significado apropriado da dor.

Cabe destacar que o corpo emerge como um *locus* privilegiado da relação entre religião e sofrimento, especialmente em tradições que enfatizam práticas corporais como mediações da experiência religiosa. Nesse aspecto Patrícia Birman (2005) examina como em diversas tradições religiosas brasileiras, o corpo funciona simultaneamente como lugar de manifestação do sofrimento e como espaço de intervenção ritual para sua superação.

Em contextos como o pentecostalismo e as religiões africanas, o corpo é conceituado como um território contestado por forças espirituais. Rituais de cura e



libertação visam facilitar não apenas a dissolução de sintomas físicos, mas também a reorganização das relações entre o sujeito e os poderes não visíveis que influenciam sua existência. Essa abordagem demonstra que a religião fornece não apenas interpretações abstratas de interpretações do sofrimento, mas também tecnologias corporais específicas para seu encontro e vitória.

O discurso religioso sobre o sofrimento aciona repetidamente elementos de transformação e transcendência, demonstrando a dor não apenas como uma dificuldade a ser resolvida, mas como uma conveniência de desenvolvimento ligado à espiritualidade. Nesse sentido, Eduardo Rodrigues da Cruz (2013) analisa como diferentes tradições religiosas brasileiras proferem discursos sobre o apego ambiental positivo do sofrimento, concebendo-o como uma passagem para o aumento de virtudes como paciência, compaixão e sabedoria. Segundo o autor, esse aspecto não implica basicamente uma consagração masoquista da dor, mas um ensaio de agregar em uma narrativa maior de sentido que vai além da experiência imediata do sofrimento. Esta abordagem permite compreender como a religião pode oferecer não apenas consolo diante do futuro, mas também recursos a transformar em uma experiência significativa.

No Brasil, a relação entre religião e sofrimento na contemporaneidade é marcada por negociações estreitas entre diferentes sistemas de significado, incluindo discursos médicos, psicológicos e religiosos. Emerson Giumbelli (2014) examina como em um contexto de pluralismo tanto religioso quanto terapêutico, os indivíduos frequentemente transitam entre diferentes sistemas explicativos e práticas de cuidado, construindo itinerários terapêuticos complexos que combinam elementos de diversas tradições.

Esse pressuposto se destaca como essa circulação entre diferentes regimes de verdade não representa necessariamente uma incoerência ou superficialidade, mas uma estratégia pragmática de busca por recursos simbólicos e práticos para o enfrentamento do sofrimento. Esta perspectiva permite compreender a vitalidade e a relevância persistente da religião como sistema de significados para o sofrimento, mesmo num contexto marcado pela secularização e pela multiplicação de discursos especializados sobre a dor e o sofrimento humano.

Cabe ainda frisar que a dimensão política da relação entre religião e sofrimento tem seu papel de destaque, pois revela-se particularmente significativa em contextos marcados por desigualdades estruturais e violências sistemáticas. Cecília Loreto Mariz



(2001) examina como certas tradições religiosas no Brasil não apenas oferecem interpretações para o sofrimento individual, mas também articulam críticas às condições sociais que produzem sofrimento coletivo.

A cientista social citada, analisa como comunidades religiosas, particularmente as associadas à Teologia da Libertação e aos movimentos sociais, implementam práticas que integram o cuidado espiritual à mobilização política, envolvendo não apenas consolar os aflitos, mas também transformam as estruturas que perpetuam o sofrimento. Esta perspectiva, manifestada como religião, além de sua função de construção de significado no âmbito individual, pode servir como um recurso significativo coletivo e para a concepção de alternativas sociais mais justas e menos geradoras de sofrimento.

### **3. O Entrelaçamento Psicológico entre Sofrimento e Experiência Religiosa**

A relação entre experiência religiosa e sofrimento centra-se nos mecanismos cognitivos e afetivos que sustentam essa conexão, destacando o papel da religião como mecanismo de enfrentamento na adversidade. Viktor Emil Frankl (2008, p. 113-114) nos diz que nessa perspectiva, o sofrimento funciona como um disruptor psicológico, desafiando estruturas mentais e abrindo portas para realidades espirituais que reinterpretam a realidade. Esse processo envolve reinterpretação cognitiva, em que a dor é integrada em narrativas transcendentais, promovendo adaptação e crescimento.

Nas ciências humanas, uma das áreas em compreender esse entrelaçamento é a psicologia da religião, cujas interfaces têm avançado significativamente graças a pesquisas que mostram como o processo de ressignificação dos indivíduos, possibilitando transformar experiências dolorosas em oportunidades de desenvolvimento espiritual. Paiva (2008) afirma que essa área, sua propositura pesquisa como as estruturas cognitivas são reorganizadas durante crises existenciais, permitindo o surgimento de novas compreensões sobre o sentido da vida, que estão lincadas ao bem-estar psicológico e a resiliência de superar o sofrimento imediato por meio da experiência religiosa.

Com relação ao sofrimento humano, o psicanalista Carl Gustav Jung (2014), contribui com a sua teoria dos arquétipos, uma vez que o sofrimento evoca imagens religiosas inconscientes, como o "mártir" e o "renascimento", acabam por auxiliar na integração psíquica. Essa análise revela que essa interatividade psíquica não é acidental, mas sim alinhada à psicologia humana, servindo como um catalisador para o



desenvolvimento emergente de todos os aspectos espirituais. Essa teoria é aplicada em termos de práticas terapêuticas que combinam psicologia e religião para mostrar benefícios em termos de saúde mental.

O aspecto cognitivo junguiano se aporta na psicologia analítica e simbólica brasileira, explorando como os arquétipos religiosos se manifestaram de forma particular na cultura nacional, influenciando como o sofrimento se manifesta de modo coletivo. A Pesquisa de Carlos Rodrigues Brandão (2007) sobre religiosidade popular evidencia como símbolos arquetípicos são mobilizados durante períodos de crise, fornecendo dados interpretativos que permitem a transformação da dor em experiência espiritual. por exemplo na religião cristã, o arquétipo do Cristo sofredor, mostra-se particularmente significativo a essas comunidades vulneráveis, servindo como modelo de resistência, a sua condição de sofrimento.

É importante frisar que o sofrimento pode gerar mudanças significativas na vida do indivíduo, possibilitando o encontro com a maturidade e transformações significativas. Pois, mesmo diante de um sofrimento que não se pode evitar, é possível descobrir nele um sentido para uma existência, e enxergar através dele um motivo para viver que capacite para a superação. Essa perspectiva equilibra-se com a abordagem logoterapêutica frankliana, como citado anteriormente, sendo a busca por um senso básico de motivação para o ser humano, inclusivo e talvez em cenários situacionais de crise. Esse ideário se aporta na narrativa de Mary Rute Gomes Esperandio (2014), sobre essa transformação que permite a ressignificação do sofrimento como meio de desenvolvimento espiritual e pessoal.

Esse ponto de vista encontra aportes teóricos em Juliana Mendanha Brandão (2008) ao destacar como as religiões geralmente apresentam uma cosmovisão que abrange tanto o sentido da vida quanto o sentido do sofrimento na qual a experiência religiosa acaba fornecendo uma interpretação que permite ao indivíduo transformar seu sofrimento e incorporá-lo a uma narrativa de maior magnitude, com propósito e significado. Essa capacidade de transformar uma situação de sofrimento extremo, como por exemplo, doenças terminais, lesões traumáticas ou desastres naturais, em que a explicação racionalizada ou científica é insuficiente para restaurar um senso de ordem e propósito. Assim sendo, as crenças religiosas podem servir como auxílios existenciais



que permitem que um indivíduo permaneça psicologicamente estável mesmo diante de experiências de crises.

No que concerne a essas experiências religiosas em meio as crises, Will James (2017) verifica quanto a natureza humana ligada ao aspecto de místico, o sofrimento humano se transforma e estado de paz, em que certas tipificações como a sublimação, a dor dos indivíduos, se reverbera a ações contemplativas espirituais, fato este presentificado através de rituais e crenças no corpus religioso.

A pesquisa de Will James se coaduna a aportes mais contemporâneos de Dalgalarondo (2008), ao analisar empiricamente como as diferentes religiões em tese se sustentam por labores de repostas psicológicas ao sofrimento. A análise comparativa deste autor demonstra que, independentemente da afiliação religiosa específica, a capacidade de transformar experiências dolorosas por meio de marcos interpretativos transcendentais constitui um fator protetor para a saúde mental.

Entre práticas religiosas e indicadores de bem-estar psicológico, a relação entre religiosidade e saúde mental tem sido objeto de estudo. Neir Moreira e Adriano Holanda (2025) apresentam evidências de que a religiosidade pode funcionar como fator de proteção contra transtornos mentais como depressão e ansiedade, especialmente que fornece recursos como suporte social, estratégias de enfrentamento positivo e um sistema coerente de significados. Os autores enfatizam que esta relação não é unívoca e nem generalizada, podendo a religiosidade também estar ligada a contornos patológicos de lidar com o sofrimento, como em casos de extremismo religioso.

Cabe frisar que existe uma difícil questão para os profissionais de saúde mental, é como distinguir entre experiências religiosas autênticas e manifestações psicopatológicas. Pois para Moreira-Almeida e Cardeña (2011) é necessário desenvolver critérios claros que permitam distinguir, por exemplo, entre transes mediúnicos culturalmente sancionados e sintomas dissociativos patológicos, ou entre genuínas manifestações psicológicas místicas. Os autores propõem vários critérios para esse diagnóstico diferencial, incluindo a ausência de sofrimento, o controle sobre a experiência, a compatibilidade com o contexto cultural e religioso do indivíduo e a ausência de comprometimento funcional. Essa distinção é essencial não só para evitar a patologização de experiências religiosas legítimas, mas também para identificar quando



as manifestações religiosas podem estar mascarando problemas psicológicos que exigem intervenção clínica.

No que diz respeito a esse aspecto, uma integração da dimensão religiosa no processo psicoterapêutico representa outra implicação clínica. De acordo com Ancona Lopez (2007), existem diferentes orientações teóricas na psicologia oferecida para lidar com questões religiosas no nicho clínico. A autora destaca quatro atitudes básicas que podem ser impostas pelos profissionais: a negação literal (que reduz a religião e as ilusões a serem esclarecidas pela ciência), a afirmação literal (que submete o conhecimento psicológico às religiosas do terapeuta), a interpretação redutiva (que considera a religião como um ingênuo a ser interpretado pela ciência) e a interpretação restaurada (que busca reorganizar os objetos da fé para restaurar sua ligação com a realidade).

Corroborando-se a esse aspecto clínico psicoterapêutico, Pargament (2011, p. 33) introduz o conceito de espiritualidade integrada e desintegrada, o primeiro como sendo caracterizada pela coerência de crenças, práticas e relacionamentos religiosos, bem como pela abertura a vários pontos de vista espirituais. Por outro lado, a espiritualidade desintegrada se manifesta como mecanismos negativos de enfrentamento religioso, como a delegação passiva da resolução de problemas, o questionamento da bondade divina ou a visão de um Deus punitivo. Assim sendo, o objetivo da intervenção clínica nesse contexto não seria erradicar a religião, mas sim incentivar uma integração mais saudável de crenças e práticas religiosas na vida do indivíduo, facilitando assim uma abordagem mais adaptativa que ele está vivenciando.

Não há como deixar de relatar que a interação entre profissionais de saúde que laboram pelo aspecto patológico mental e líderes religiosos representa uma abordagem significativa a ser considerada. Mota, Trad e Villas Boas (2012) observam, frequentemente, que os pacientes transitam simultaneamente entre sistemas terapêuticos convencionais e do âmbito religioso em busca de respostas complementares para seu sofrimento. Nesse aspecto, estes mesmos autores ainda enfatizam que o diálogo respeitoso entre profissionais de saúde os líderes religiosos pode gerar um cuidado mais geral e culturalmente sensível em determinados cenários, ocorrendo experiências bem-sucedidas que incluem a formação de grupos de discussão multidisciplinares, quando apropriado, bem como o desenvolvimento de programas de educação continuada que



promovam o entendimento mútuo entre muitos campos do conhecimento, saindo assim, das conjecturações e subjetividades, indo para uma área mais do campo prático.

Cabe frisar que o treinamento de profissionais de saúde culturalmente sensíveis em um contexto religioso é um desafio educacional bastante significativo. Para Maria Anacona Lopez (2007), a maioria dos cursos de psicologia, medicina e outros cursos relacionados à saúde oferecem pouco ou nenhum treinamento especializado sobre como lidar com questões religiosas e espirituais na prática clínica.

Nesse aspecto, a falta de treinamento profissional pode levar a abordagens reducionistas ou preconceituosas que não reconhecem a legitimidade e a importância da dimensão religiosa para muitos pacientes. Uma vez que iniciativas têm buscado preencher essa lacuna no contexto brasileiro e em alguns países que têm cada vez mais reconhecido a integração da espiritualidade em disciplinas relacionadas à saúde nos currículos médicos<sup>4</sup>, assim como a criação de programas de residência em saúde, com foco na competência cultural e o incentivo a discussões interdisciplinares entre as ciências da saúde e as ciências religiosas.

### **Considerações finais**

A complexa relação entre sofrimento e experiência religiosa aportado por um quadro plural mostra que o sofrimento humano não é apenas uma necessidade de apoio, mas também um fenômeno que requer interpretação e, mais importante, resignação. O fenômeno do sofrimento revela que a religião não serve mais como um mero alívio, mas acaba fornecendo aos indivíduos um aspecto simbólico para nomear e integrar-se com outros em sua jornada existencial. Assim o sofrimento não é mais um evento singular, mas se torna uma narrativa maior que tem o poder de mudar a esperança, a fim de dar um significado à vida daqueles indivíduos que passam por esse momento de crise.

Importante reconhecer que essa capacidade de dar sentido ao sofrimento não se distribui uniformemente entre os diversos sistemas religiosos. Tais preceitos rompem narrativas que expõe o indivíduo a uma variedade de teorias e práticas, fazendo com que

---

<sup>4</sup> No ano de 2021, a Puc Rio Grande Sul passou a integrar em sua grade Curricular do Curso de Medicina, a disciplina de Espiritualidade. Para mais informações consultar em: <https://portal.pucrs.br/noticias/ensino/cuidado-integral-disciplina-de-espiritualidade-passa-a-integrar-curriculo-de-medicina/>



a busca se torne cada vez mais isolada e, por vezes, desagradável. Nesse sentido, no tempo presente, esses ideários cada vez mais aumentam as possibilidades interpretativas que o sujeito em si constrói, um sentido de sua própria dor, por meio de um mercado de símbolos cada vez mais competitivo e eficazes

Se baseando por essa linha de raciocínio a religião, enquanto sistema simbólico, não se restringe à oferta de uma de explicação metafísica para o sofrimento. Ela organiza a humanidade através de rituais, mitos e prescrição moral, funcionando como um manual de enfrentamento da adversidade. Entretanto essa função estruturante é ambígua: se, por um lado, há o acolhimento e pertencimento, por outro, pode cristalizar visões de mundo que justificam ou perpetuam sofrimentos coletivos e desigualdades sob o véu do Sagrado. Tais hipóteses remetem a seguinte problematização: até que ponto os sistemas religiosos promovem a libertação e até onde reforçam a estrutura de poder e exclusão?

A fim de responder essa pergunta, o âmbito da psicologia a experiência religiosa demonstra uma eficácia significativa como mecanismo de resistência contra o sofrimento. Pois, a logoterapia de Viktor Frankl e a psicologia analítica de Jung demonstram que a dor pode ser transformada em uma oportunidade de crescimento e maturidade quando incorporada a uma narrativa significativa.

Contudo não se pode negar os riscos de a experiência religiosa ser patologizada ou usada como cortina de fumaça para evitar o confronto com as causas reais do sofrimento. Assim, com o intuito de evitar confundir a experiência das pessoas do sagrado com alienação, os profissionais devem exercer uma atenção especial entre os aportes que são da saúde mental e religião.

Nesse aspecto, o diálogo entre psicologia e religião na compreensão do sofrimento humano revela-se necessário quando supera tanto reducionismos psicologizantes que relacionamos. Pois a experiência religiosa pode funcionar simultaneamente como recurso terapêutico e como campo de patologia quando se trata do sofrimento. A fronteira entre o enfrentamento religioso saudável e os mecanismos disfuncionais de negação, projeção ou fuga muitas vezes é contextual. Esta constatação exige dos profissionais de saúde mental uma sensibilidade cultural e uma compreensão profunda das dinâmicas religiosas que ainda são raras na nossa formação acadêmica predominantemente secularizada. Por outro lado, desafiam as comunidades religiosas que não dicotomizam dimensões espirituais e psicológicas da experiência humana.



No território brasileiro, onde cristãos, orixás africanos, entidades espíritas e energias orientais convivem em um caleidoscópio sincrético de significados, observa-se o sofrimento funcional como evidências de trânsitos entre diferentes cosmovisões religiosas, o que se percebe e que os indivíduos não estão que buscam respostas para sua dor. Esta "bricolagem religiosa" longe de representar superficialidade ou inconsistência, revela uma postura eminentemente pragmática da urgência existente do sofrimento.

O que está em jogo não é uma ortodoxia; antes, a eficácia simbólica na permanência do sentido diante do caos experiencial, uma vez que, nas religiões populares brasileiras, o sofrimento é frequentemente ressignificado como etapa em um processo mais amplo de liberação e cura, não importando tanto a origem teológica desta ressignificação, mas sua capacidade reintegrar narrativamente uma experiência fragmentada pela dor.

Assim sendo, uma perspectiva pela qual as religiões dão às pessoas uma sensação de alívio em meio ao sofrimento, não é por meio de explicações dogmáticas, mas sim por meio de performances ritualísticas que ativam simultaneamente as dimensões física, emocional, cognitiva e social da experiência humana. Por exemplo, quando um médium incorpora entidades que curam, quando um católico coloca ex-votos em um santuário ou quando um budista medita sobre a impermanência, não são apenas confrontados com crenças, mas também com tecnologias existencialmente sofisticadas que transformam a experiência do sofrimento. No fenômeno religioso, a eficácia desses dispositivos ritualísticos é essencial para entender a relevância contínua das religiões como sistemas de significado para os mesmos problemas em sociedades altamente secularizadas.

Talvez a maior contribuição dos sistemas religiosos para a significação do sofrimento resida não em suas respostas definitivas, mas em sua capacidade de sustentar a própria pergunta pelo sentido mediante ao momento de crise que a pessoa está vivenciando, pois nesse caso o sofrimento deixa de ser sofrimento e manifesta-se como horizonte de possibilidade, como um significado de que uma experiência da dor pode ser integrada em uma narrativa mais ampla por mais absurda. As religiões nesses casos, com suas linguagens simbólicas, suas comunidades de pertencimento e seus rituais transformadores, oferecem justamente isso não uma eliminação mágica do sofrimento, mas a possibilidade de habitá-lo sem ser por ele consumido, de atravessá-lo sem perder completamente a coordenação de sentido.



Assim, a interação entre religião e sofrimento é marcada por grandes ambivalências, esforços criativos, contraditórios e irredutíveis. Consolam e disciplinam, transformam e conservam, libertam e aprisionam. Sua persistência em meio ao arquétipo pragmático da contemporaneidade, talvez indique não apenas sua capacidade adaptativa, mas principalmente uma inesgotável necessidade humana de transcender o aparente absurdo da dor através de narrativas que apontem para além da imanência do sofrimento na sabedoria das múltiplas tradições religiosas.

Talvez a questão fundamental não é porque sofremos, mas como podemos, através do sofrimento, transformar-nos em seres mais compassivos, mais conscientes da vulnerabilidade que compartilhamos e, paradoxalmente, mais abertos ao mistério que nos ultrapassa.

### **Referências bibliográficas**

ALMEIDA, Ronaldo de. *A Igreja Universal e seus Demônios: Um estudo etnográfico*. São Paulo: Terceiro Nome, 2009.

ANCONA LOPEZ, Marília. Religião e Psicologia Clínica: quatro atitudes básicas. In: MASSIMI, Marina; MAHFOUD, Miguel (org.). *Diante do Mistério: Psicologia e Espiritualidade*. São Paulo: Loyola, 2007. p. 71-86.

BINGEMER, Maria Clara Lucchetti. *O Mistério e o Mundo: paixão por Deus em tempos de descrição*. Rio de Janeiro: Rocco, 2012.

BIRMAN, Patrícia. *Transas e Transes: Sexo e gênero nos cultos afro-brasileiros, um sobrevoo*. Estudos Feministas, Florianópolis, v. 2, p. 403-414, 2005. Disponível em: <https://periodicos.ufsc.br/index.php/ref/article/view/S0104-026X200500020015/7841>. Acesso em: 03 mar 2025.

BRANDÃO, Carlos Rodrigues. *Os Deuses do povo: Um estudo sobre a religião popular*. 3. ed. Campinas: EDUFU, 2007.

BRANDÃO, Juliana Mendanha. *Resiliência: de que se trata? O conceito e suas imprecisões*. 136 f. Dissertação (Mestrado em Psicologia) - Universidade Federal de Minas Gerais, Belo Horizonte, 2011.

BYINGTON, Carlos Amadeu Botelho. *Psicologia Simbólica junguiana: a viagem de humanização do cosmos em busca da iluminação*. São Paulo: Linear B, 2008.

CAMURÇA, Marcelo Ayres. *Ciências Sociais e Ciências da Religião: polêmicas e interlocuções*. São Paulo: Paulinas, 2008.



CRUZ, Eduardo Rodrigues da. Estatuto epistemológico da Ciência da Religião. In: PASSOS, João Décio; USARSKI, Frank (Orgs.). *Compêndio de Ciência da Religião*. São Paulo: Paulinas/Paulus, 2013.

DALGALARRONDO, Paulo. *Religião, psicopatologia e saúde mental*. Porto Alegre: Artmed, 2008.

ELIADE, Mircea. *O sagrado e o profano: a essência das religiões*. São Paulo: Martins Fontes, 2018.

ESPERANDIO, Mary Rute Gomes. *Teologia e a pesquisa sobre espiritualidade e saúde: um estudo piloto entre profissionais da saúde e pastoralistas*. Horizonte, Belo Horizonte, v. 12, n. 35, 2014, p. 805-832. Disponível em: <https://periodicos.pucminas.br/horizonte/article/view/P.2175-5841.2014v12n35p805>. Acesso em: 07 mar. 2025.

FRANKL, Viktor Emil. *Em Busca de Sentido: um psicólogo no campo de concentração*. Petrópolis: Vozes, 2008.

FRANKL, Viktor Emil. *Em busca de sentido: um psicólogo no campo de concentração*. 60. ed. Petrópolis: Vozes, 2024.

GEERTZ, Clifford. *A interpretação das culturas*. Rio de Janeiro: LTC, 2008.

GIUMBELLI, Emerson. *Símbolos religiosos em controvérsias*. São Paulo: Terceiro Nome, 2014.

JAMES, William. *As Variedades da Experiência Religiosa: Um estudo sobre a natureza humana*. São Paulo: Cultrix, 2017.

JUNG, Carl Gustav. *Arquétipos e o Inconsciente Coletivo*. 11. ed. Rio de Janeiro: Vozes, 2014.

JASPARD, Jean-Marie. *Significação religiosa do sofrimento e posição psicológica na fé*. Psicologia USP, São Paulo, v. 15, n. 3, 2004, p. 191-212. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/psup/a/LgL59JmF5YhTFzx5Ctbn5Bx/?lang=pt>. Acesso em: 01 mar. 2025.

KOVÁCS, Maria Julia. *Morte e desenvolvimento humano*. São Paulo: Casa do Psicólogo, 2010.

LÉVI-STRAUSS, Claude. *Antropologia Estrutural*. v. 1. Rio de Janeiro: Tempo Brasileiro, 2003.

MARIANO, Ricardo. *Mudanças no campo religioso brasileiro no censo 2010*. Debates do NER, Porto Alegre, v. 24, p. 119-137, 2013. Disponível em: <https://seer.ufrgs.br/index.php/debatesdoner/article/view/43696>. Acesso em: 02 mar 2025.

MARIZ, Cecília Loreto. *Pentecostalismo, renovação carismática e comunidades eclesiais de base: uma análise comparada*. São Paulo: Loyola, 2001.



MHITMAN, Sarah M. Pain and Suffering as Viewed by the Hindu Religion. *The Journal of Pain*. V. 08, n. 08, 2007, p. 607-613. Disponível em: [https://www.uphs.upenn.edu/pastoral/events/Hindu\\_painsuffering.pdf](https://www.uphs.upenn.edu/pastoral/events/Hindu_painsuffering.pdf) Acesso em: 01 mar 2025.

MONTERO, Paula. *Religião, pluralismo e esfera pública no Brasil*. Novos Estudos CEBRAP, São Paulo, n. 74, p. 47-65, 2015. Disponível em: <https://www.uel.br/grupo-pesquisa/socreligiosos/pages/arquivos/curso%20de%20formacao/Religiao%20Pluralismo%20e%20esfera%20publica%20no%20br.pdf>. Acesso em: 02 mar 2025.

MOREIRA, Alberto da Silva. *O deslocamento do religioso na sociedade contemporânea*. Estudos de Religião, São Bernardo do Campo, v. 22, n. 34, p. 70-83, 2008. Disponível em: <https://www.metodista.br/revistas/revistas-ims/index.php/ER/article/view/220/228>. Acesso em: 05 mar. 2025.

MOREIRA-ALMEIDA, Alexander; CARDEÑA, Etzel. *Diagnóstico diferencial entre experiências espirituais e psicóticas não patológicas e transtornos mentais: uma contribuição de estudos latino-americanos para o CID-11*. Revista Brasileira de Psiquiatria, São Paulo, v. 33, supl. 1, 2011, p. 21-28. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rbp/a/BNrGHL53rkSd76rbgjtymF/>. Acesso em: 09 mar. 2025.

MOREIRA, Nathalia; HOLANDA, Adriano. *Logoterapia e o sentido do sofrimento: convergências nas dimensões espiritual e religiosa*. *Psico-USF*, v. 15, n. 3, p. 354-356, 2010. Disponível em: <https://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/pt/lil-576918>. Acesso em: 07 mar. 2025.

MOTA, Clarice Santos; TRAD, Leny Alves Bomfim; VILLAS BOAS, Maria José Villares Barral. *O papel da experiência religiosa no enfrentamento de aflições e problemas de saúde*. Interface Comunicação, Saúde, Educação, Botucatu, v. 16, n. 42, 2012, p. 665-675. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/icse/a/54Jb7N7g37pRMrFHjdJdqXp/>. Acesso em: 14 mar. 2025.

OTTO, Rudolf. *O sagrado: Aspectos irracionais na noção do divino e sua relação com o racional*. 2. ed. São Paulo: Vozes, 2000.

PAIVA, Geraldo José de. Psicologia da religião, psicologia da espiritualidade: oscilações conceituais de uma disciplina. In: AMATUZZI, Mauro Martins (Org.). *Psicologia e espiritualidade*. São Paulo: Paulus, 2008.

PAIVA, Geraldo José de. *Religião, enfrentamento e cura: perspectivas psicológicas*. Estudos de Psicologia, Campinas, v. 24, n. 1, p. 99-104. Disponível em: <https://periodicos.puc-campinas.edu.br/estpsi/article/view/6843>. Acesso em: 09 mar. 2025.

PARGAMENT, Kenneth I. *Spiritually integrated psychotherapy: Understanding and addressing the sacred*. New York: Guilford Press, 2011.

PESSINI, Leo. *Bioética, espiritualidade e a arte de cuidar na saúde*. Mundo da Saúde, São Paulo, v. 34, n. 4, 2010, p. 457-465. Disponível em: [http://www.saocamilosp.br/pdf/mundo\\_saude/79/457.pdf](http://www.saocamilosp.br/pdf/mundo_saude/79/457.pdf). Aceso em: 05 mar. 2025.



SEGATO, Rita Laura. *Santos e Daimones: o politeísmo afro-brasileiro e a tradição arquetipal*. Brasília: Editora UnB, 2005.

SOUZA, Sandra Duarte de. *Trânsito religioso e reinvenções femininas do sagrado na modernidade*. Horizonte, Belo Horizonte, v. 9, p. 21-29, dez. 2006. Disponível em: <https://periodicos.pucminas.br/horizonte/article/view/476/494>. Acesso em: 01 mar 2025.

VALLE, Edênio. *Psicologia e experiência religiosa*. São Paulo: Loyola, 1998.