

**Dyeksmar Fonseca Maciel**

**APROXIMAÇÕES TEÓRICAS DA INTELIGÊNCIA ESPIRITUAL E A  
LOGOTERAPIA PARA A COMPREENSÃO DA MOTIVAÇÃO  
HUMANA**

**Palmas - TO**

**2016**

**Dyeksmar Fonseca Maciel**

**APROXIMAÇÕES TEÓRICAS DA INTELIGÊNCIA ESPIRITUAL E A  
LOGOTERAPIA PARA A COMPREENSÃO DA MOTIVAÇÃO HUMANA.**

Trabalho de Conclusão de Curso (TCC)  
elaborado e apresentado como requisito  
parcial para a obtenção do Título de bacharel  
em Psicologia pelo Centro Universitário  
Luterano de Palmas (CEULP/ULBRA).

Orientador: Prof. M.e Wayne Francis  
Mathews

**Palmas - TO**

**2016**

Maciel, Dyeksmar Fonseca

M152a Aproximações teóricas da inteligência espiritual e a  
logoterapia para a compreensão da motivação humana /  
Dyeksmar Fonseca Maciel / Palmas, 2016

49 fls.29 cm.

Orientação: Profo. Wayne Francis Mathews

TCC (Trabalho de Conclusão de Curso) Psicologia - Centro Universitário Luterano de  
Palmas. 2016

1. Inteligência Espiritual. 2. Logoterapia. 3. Sentido – Aproximação. I. Mathews, Wayne  
Francis. II. Psicologia.

CDU: 159.922.8

Ficha catalográfica elaborada pela Bibliotecária – Maria Madalena Camargo –  
CRB-8/298

**Dyeksmar Fonseca Maciel**

**APROXIMAÇÕES TEÓRICAS DA INTELIGÊNCIA ESPIRITUAL E A  
LOGOTERAPIA PARA A COMPREENSÃO DA MOTIVAÇÃO HUMANA**

Trabalho de Conclusão de Curso (TCC)  
elaborado e apresentado como requisito  
parcial para a obtenção do Título de bacharel  
em Psicologia pelo Centro Universitário  
Luterano de Palmas (CEULP/ULBRA).

Orientador: Prof. M.e Wayne Francis  
Mathews

**Aprovada em: 24 de Junho de 2016**

**BANCA EXAMINADORA**

---

Prof. M.e Wayne Francis Mathews Orientador Centro Universitário  
Luterano de Palmas - CEULP

---

Prof. Esp. Sonielson Luciano de Sousa Centro Universitário  
Luterano de Palmas - CEULP

---

Prof. Hudson Eygo Motta Centro Universitário Luterano de Palmas  
- CEULP

## **Palmas - TO**

**2016**

A Deus, o Autor da minha vida, razão dos meus dias, que iluminou os meus passos durante essa caminhada; aos meus pais e à minha irmã que me apoiaram incansavelmente para a concretização da minha formação acadêmica. A vocês o meu eterno amor, gratidão e reconhecimento por estarem comigo em todos os momentos da minha vida.

### **AGRADECIMENTOS**

A Deus que me deu a vida, que enche os meus dias de razão e sentido e pela força para superar as dificuldades. À minha supervisora de estágio, psicóloga Leny Molinari, que com carinho me sugeriu escrever o TCC sobre a Inteligência Espiritual. Ao professor e psicólogo Adriano de Oliveira que com maestria me propôs realizar a aproximação teórica da Inteligência Espiritual e a Logoterapia. Aos professores da minha banca: Sonielson de Souza, Líliliana Mamprim e Hudson Motta, obrigado pelas contribuições na produção desta obra. E ao meu orientador titular e psicólogo Wayne Mathews por todo o suporte que me deu durante essa caminhada, com a sua orientação excepcional, pois sem ela eu não conseguiria alcançar o resultado a que chegamos. A todos vocês o meu profundo agradecimento e gratidão.

## **RESUMO**

A inteligência espiritual é inata ao ser humano e varia de acordo com as habilidades de cada indivíduo. Ela é essencial porque aborda e soluciona os problemas de sentido e valor. Ela coloca as nossas experiências num contexto rico e gerador de sentido (ZOHAR; MARSHALL 2002). Já a logoterapia é a terapia que auxilia o indivíduo na busca de sentido da vida. Essa busca de sentido é a principal força motivadora na vida de um ser humano (FRANKL, 1987). Os dois referenciais teóricos tem como tema central o sentido da vida. Cada um deles apresentam técnicas objetivando o indivíduo encontrar o sentido da vida. Além disso, as técnicas das duas teorias apresentam semelhanças por isso foi possível realizar a aproximação delas para a compreensão da motivação humana. Esta obra foi produzida através da pesquisa bibliográfica nas plataformas Scielo e Pepsic para encontrar os autores principais de cada teoria. Ademais, como resultado, através do estudo de cada uma delas percebeu-se as semelhanças entre elas mostrando que podem contribuir para a busca de sentido da vida humana.

Palavras-chave: Inteligência Espiritual, Logoterapia, Sentido, Aproximação.

## **ABSTRACT**

Spiritual intelligence is innate to human and varies according to each individual skills. It is essential because it addresses and solves the problems of meaning and values. It puts our experiences in a rich context and meaning generator (ZOHAR; MARSHALL 2002). Already the logotherapy is a therapy that helps the individual in seeking the meaning is the primary motivating force in the life of a human being (FRANKL, 1987). The two theoretical frameworks are focused on the meaning of life. Many of them help the individual find the meaning of life. In addition, techniques have similarities of the two theories why it was possible to approach them to the understanding human motivation. This work was produced by, literature in Scielo and Pepsic platforms to find the main authors of each theory. Moreover, as a result through the study of each of realized the similarities between realized them showing that they can contribute to the search for meaning of human life.

Keywords: Spiritual Intelligence, Logotherapy, Sense Approach.

## **LISTA DE ABREVIATURAS**

IE- Inteligência Espiritual

QI- Quociente Intelectual

QS- Quociente Espiritual

## SUMÁRIO

1. INTRODUÇÃO .....	10
1.1 Problemas de Pesquisa .....	11
1.2 Objetivo Geral .....	12
1.3 Objetivos Específicos .....	12
1.4 Metodologia.....	12
1.5 Justificativa.....	12
2. INTELIGÊNCIA ESPIRITUAL .....	13
2.1 Teoria das Inteligências Múltiplas .....	13
2.2 O que é Inteligência Espiritual (QS)? .....	14
2.3 Prova Científica do QS .....	17
2.4 Atrofia Espiritual .....	18
2.5 Curando-nos com o QS .....	21
2.6 Como Melhorar o QS .....	24
3. CONCEITOS BÁSICOS DE LOGOTERAPIA .....	28
3.1 Noodinâmica .....	29
3.2 Vazio Existencial .....	29
3.3 O Sentido do Sofrimento .....	30
3.4 Sentido da Vida .....	31
3.5 Logodrama .....	32
3.6 A Essência da Existência .....	33
3.7 O Sentido do Amor .....	34

3.8 O Super Sentido .....	34
3.9 A Transitoriedade da Vida .....	35
3.10 Técnicas Logoterápicas .....	36
3.10.1 Intenção Paradoxal .....	36
3.10.2 Profilaxia de Neuroses Iatrogênicas .....	36
3.10.3 Neuroses de Angústia .....	37
3.10.4 Sono e Distúrbios do Sono .....	37
4. APROXIMAÇÃO ENTRE A INTELIGÊNCIA ESPIRITUAL E A LOGOTERAPIA	39
4.1 Aproximação das Duas Teorias .....	39
4.2 Espiritualidade e Religião .....	43
5. CONSIDERAÇÕES FINAIS .....	46
REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS .....	48
	10

## 1. INTRODUÇÃO

Em meados do século XX o Quociente Intelectual (QI) tornou-se tema de diversos estudos e discussões no campo ciência. Muitos psicólogos desenvolveram testes para medir a inteligência humana, para quantificar e qualificar as potencialidades intelectuais dos seres humanos. Segundo esses testes, quanto mais alto o QI, maior era a inteligência do indivíduo, (Zohar e Marshall, 2002).

Nesse período, o psicólogo norte-americano Howard Gardner desenvolveu a Teoria das inteligências múltiplas. O autor conclui a princípio que há 7 tipos de inteligências. Ele as nomeia de “As sete inteligências originais”, são elas: inteligência linguística, lógico-matemática, inteligência musical, inteligência físico-cinestésica, inteligência espacial, inteligência interpessoal e inteligência intrapessoal, (Gardner,

2001). Gardner em 2001 após revisar a Teoria das Inteligências, incluiu mais 3 possíveis inteligências: Inteligência Naturalista, Inteligência Espiritual, e a Inteligência Existencial. A inteligência espiritual (IE) está relacionada às questões fundamentais e profundas da vida, realiza perguntas sobre a vida e o seu significado, como por exemplo, “Quem somos?” “De onde viemos?” “Por que existimos?” “Qual o sentido da vida?” A inteligência existencial é a “capacidade de se situar em relação aos limites mais extremos do cosmos” (GARDNER 2001, p.78), é a capacidade de situar-se em relação às questões mais profundas da vida, como o significado da vida, a sua finitude, o destino final do mundo físicos e psicológico e as experiências mais profundas como o amor ao próximo ou a imersão a uma obra de arte (GARDNER, 2001).

Por volta dos anos 1990, o cientista Goleman apresentou uma nova teoria, o quociente emocional (QE), considerado o segundo quociente. Para ele (1996), o QE é a capacidade do ser humano de identificar, gerenciar e motivar tanto as próprias emoções, quanto as dos outros. Essa inteligência dá-nos compaixão, empatia e motivação, desenvolvendo-nos a capacidade de reagir às situações de dor e prazer (ZOHAR; MARSHALL, 2002).

Nessa mesma época, um conjunto de dados científicos mostrou um terceiro quociente, o quociente espiritual (QS). De acordo com Zohar e Marshall (2002), esse quociente refere-se à inteligência em que o ser humano aborda e soluciona os seus problemas de sentido e valor. Através dela, o indivíduo busca o propósito para a sua

existência num contexto mais amplo de valorização, tornando-a mais rica e cheia de sentido. Por esse motivo Zohar e Marshall (2002) enfatizam a importância de cada

indivíduo desenvolver o QS, já que ao se apropriar dessa quociente o ser humano consegue encontrar sentido à sua vida, obter meios para resolver os dilemas e conflitos em que se encontra.

A partir dessas informações observa-se a importância de se estudar, aprimorar e utilizar a inteligência espiritual, pois ela pode contribuir para o ser humano de forma geral, a qualquer indivíduo que a buscar, independente de sua classe social, língua, cor ou credo religioso. O que a raça humana procura desde que passou a existir no universo é o sentido da vida, por isso a busca pelo sentido deve ser constante. Assim, percebe-se que é fundamental todo e qualquer ser humano desenvolver a inteligência espiritual, visto que através dela o indivíduo pode sempre encontrar meios para solucionar seus problemas, julgando qual caminho é o melhor para cada situação.

Para Viktor Frankl (1987), a busca de sentido é a principal motivação para o ser humano. Frankl é o fundador da escola terapêutica Logoterapia, e segundo essa escola terapêutica, a busca de sentido da vida é a principal força motivadora na vida de um ser humano. A logoterapia tem como objetivo ajudar o paciente a encontrar sentido para a sua vida. Para Frankl, nada no mundo pode contribuir tanto para uma pessoa, mesmo nas condições mais adversas quanto saber que a sua vida tem sentido. Em Frankl (2003), se o homem vivesse no prazer todo o sentido da vida, a vida então pareceria sem sentido. Se o prazer fosse todo o sentido da vida, então essa vida não teria sentido algum. O ser humano que busca a felicidade em si deseja-a de uma forma absoluta, individual e incondicional, sem que nela esteja implicada necessariamente uma razão para ser feliz (Pereira 2007). Para ele, a vontade de sentido orienta o ser humano para uma realização de sentido, a qual resulta na razão para ser feliz.

### **1.1 Problemas de Pesquisa**

- Como desenvolver o diálogo entre a Inteligência Espiritual e a Logoterapia?
- Por que realizar a aproximação teórica entre as duas teorias?
- De que maneira os dois referenciais teóricos podem contribuir na vida do ser humano?

12

### **1.2 Objetivo Geral**

- Investigar as possíveis semelhanças entre os dois referenciais teóricos.

### **1.3 Objetivos Específicos**

- Verificar o nível de aproximação teórica entre a Inteligência Espiritual e a Logoterapia;
- Analisar as particularidades dos dois referenciais teóricos;
- Investigar separadamente as características de cada um dos dois referenciais na busca para a compreensão da motivação humana;
- Verificar quais as contribuições da Inteligência Espiritual e da Logoterapia para a busca de sentido para a vida humana.

### **1.4 Metodologia**

Este trabalho foi elaborado a partir da pesquisa bibliográfica baseada nos temas “Inteligência Espiritual” e “Logoterapia” no portal Scielo e Pepsic para realizar a aproximação teórica entre os dois referenciais. Para a aproximação teórica foi necessário o estudo detalhado das duas teorias a fim de encontrar as possíveis semelhanças entre elas, e a partir desse estudo foi produzida a articulação delas.

## **1.5 Justificativa**

Diante dos temas acima abordados, tanto a Inteligência Espiritual, quanto a Logoterapia, percebe-se possíveis semelhanças teóricas entre elas, já que elas têm por referência o sentido da vida, a busca pelo sentido e propósito na vida; então surge a possibilidade de realizar o estudo sobre a aproximação teórica entre a Inteligência Espiritual e a Logoterapia para a compreensão da motivação humana, já que o ser humano necessita de sentido para a sua vida, encontrar algo que o preencha durante a sua existência. Esta obra mostra-se essencial, pois a possível aproximação dos dois referenciais teóricos pode contribuir para o bem-estar do ser humano, bem como contribuir para a sociedade científica, pois será o primeiro trabalho escrito sobre o tema, e agora estará à disposição da comunidade científica já que é o primeiro trabalho desenvolvido no sentido de realizar a aproximação entre os dois referenciais teóricos.

13

## **2. INTELIGÊNCIA ESPIRITUAL**

### **2.1 Teoria das Inteligências Múltiplas**

O psicólogo norte-americano Howard Gardner é o criador da Teoria das inteligências múltiplas. Segundo ele, não existe apenas um tipo de inteligência. Ele concluiu a princípio que há 7 tipos de inteligências nomeando-as de “As sete inteligências originais”, são elas: inteligência linguística, lógico-matemática, musical, físico-cinestésica, espacial, interpessoal e por último a intrapessoal (GARDNER, 2001). Gardner conceitua as 7 inteligências da seguinte maneira: 1) a Inteligência Linguística: está relacionada à sensibilidade para a língua escrita e falada, a

habilidade para aprender outras línguas, e a capacidade de utilizá-las para alcançar determinados objetivos. Os indivíduos que possuem essa inteligência são os locutores, poetas e escritores. 2) a Inteligência Lógico-matemática está relacionada à habilidade de analisar problemas de lógica e de operações aritméticas. Quem tem essa inteligência são os profissionais da física, contabilidade, administração engenharia civil, química, eletrônica e outros. 3) a Inteligência Musical está relacionada às habilidades de composição musicais, de sinfonias, habilidade de tocar um ou vários instrumentos musicais, bem como ter habilidade na arte de cantar. Os indivíduos que possuem essa inteligência musical são os compositores musicais, maestros, músicos e cantores, (GARDNER, 2001).

A quarta Inteligência é a Físico-Cinestésica está relacionada à habilidade de utilizar o corpo (mãos, pés, boca) como instrumento de trabalho. Os atores, atletas, dançarinos, artesãos, mecânicos, cirurgiões, cientistas e outros são exemplos dessa habilidade. 5) a Inteligência Espacial está vinculada ao potencial de reconhecer e manusear os padrões do espaço, como por exemplo, os controladores de voo, os pilotos de aeronave, os jogadores de xadrez, os arquitetos, artistas gráficos e escultores. 6) a Inteligência Interpessoal é a capacidade de entender as intenções, as motivações e desejos do próximo, e portanto, trabalhar de modo eficiente com o próximo. Os professores, clínicos, políticos, líderes religiosos, e psicólogos são indivíduos que apresentam essa inteligência interpessoal. 7) a Inteligência Intrapessoal é a capacidade da pessoa se conhecer, de ter um modelo próprio, individual de um trabalho eficiente, incluindo os próprios desejos, medos e habilidades, além de utilizá-los com eficácia para regular a sua própria vida (GARDNER, 2001).

Em 2001, após revisar a Teoria das Inteligências Gardner incluiu mais 3 possíveis inteligências: Inteligência Naturalista, Espiritual e Existencial. A inteligência naturalista é a capacidade de reconhecer e classificar as inúmeras espécies (fauna e flora) do meio ambiente. Em cada cultura há pessoas capazes não apenas de reconhecer animais valiosos (e até perigosos de uma determinada espécie), mas também de catalogar novos seres vivos, organismos da flora que são desconhecidos. A Inteligência Espiritual está relacionada às questões fundamentais e profundas da vida, realizar questionamentos sobre ela e o seu significado, como por exemplo, “Quem somos?” “De onde viemos?” “Por que existimos?” “qual o sentido da vida?” A Inteligência Existencial é a “capacidade de situar-se em relação aos limites mais extremos do cosmos” (Gardner 2001, p.78). É a capacidade de situar-se em relação aos elementos mais profundos da vida humana, como o significado da vida, o sentido da morte, o destino final dos mundos físicos e psicológicos e as experiências mais profundas como o amor ao próximo ou a imersão a uma obra de arte (Gardner, 2001).

## **2.2 O que é Inteligência Espiritual (QS)?**

Para Zohar e Marshall (2002), a inteligência espiritual é a que aborda e soluciona os problemas de sentido e valor. É a habilidade que o ser humano utiliza para colocar as suas experiências num contexto mais amplo, rico e gerador de sentido. É a inteligência que o ser humano utiliza para avaliar qual o caminho na vida faz mais sentido. É uma luz interna, inata ao ser humano, que o norteia na busca de soluções adequadas para cada situação. Essa inteligência está ligada à necessidade humana de ter propósito na vida.

Gardner após revisar a Teoria das Inteligências, incluiu a inteligência

espiritual. Ele divide a inteligência espiritual em três categorias: 1) O espiritual enquanto preocupação com questões cósmicas ou existenciais. 2) o espiritual como a conquista de um estado; e 3) o espiritual enquanto efeito nos outros. O espiritual enquanto preocupação com questões cósmicas ou existenciais está ligado ao anseio em saber sobre as experiências e entidades cósmicas, a qual não se aprendem num sentido espiritual, no entanto, se mostram essenciais para o ser humano. Do mesmo modo que o ser humano se relaciona com o mundo físico, pode também se relacionar com o mundo transcendental. O primeiro tipo de vida espiritual está relacionado às questões mais importante da vida, como por exemplo: quem somos?

15

De onde viemos? Por que existimos? Qual o sentido da vida e da morte? O que será do futuro? (GARDNER, 2001).

O segundo tipo espiritual é o espiritual como a conquista de um estado. Ele está relacionado à habilidade de certos indivíduos para meditar, entrar em transe, entrar em contato com fenômenos psíquicos, intelectuais e/ou espirituais, assim como idealizar e vivenciar o transcendente. Nesses indivíduos, essa habilidade é muito mais aguçada do que em pessoas simples, como por exemplo: Místicos, iogues, e pessoas que meditam, que tem o papel de auxiliar outras pessoas a alcançar o estado de espírito (GARDNER, 2001).

O terceiro tipo espiritual é o espiritual enquanto efeito nos outros. Segundo Gardner (2001), certas pessoas podem ser consideradas espirituais pelos efeitos que causam nos outros, pelos legados que deixaram da sua existência. Como por exemplo, Jesus, Buda, o Papa João XXIII. As pessoas que tiveram algum contato com esses líderes podem sentir-se mais em contato consigo mesmas, sentir-se mais

completas. Gardner descreve os líderes espirituais da seguinte maneira:

Os grandes líderes religiosos- como Buda, Cristo, São João, Confúcio- são vistos como tendo atingido um nível de consciência, uma ligação com o resto do mundo, um desprezo pelo eu que representam uma existência exemplarmente espiritual. Visivelmente, é a perspectiva de atingir tal estado que motiva milhões de pessoas, refletindo o espectro de culturas a se esforçar para atingir um estado de espiritualidade ou para incrementar seus aspectos espirituais pessoais. (GARDNER, 2001, p.75) Com certeza há pessoas que transmitem uma sensação de espiritualidade

e/ou bem estar. Esses indivíduos têm a capacidade de fazer as pessoas que estão ao seu lado sintam que foram tocadas e que agora sentem-se mais completas, fazem com que as pessoas sintam-se bem e tenham uma relação mais profunda com o transcendente.

No mesmo sentido, a Inteligência espiritual está ligada à necessidade humana de ter propósito na vida. É essencial desenvolver essa inteligência porque sem ela o indivíduo pode não encontrar sentido na vida, nem encontrará estratégias para superação dos dilemas da vida. Zohar e Marshall (2002) afirmam que o ser humano é essencialmente espiritual. Somos espirituais revestidos do corpo físico que nos permite manter contato com o universo físico.

O que torna o ser humano espiritual são os questionamentos que ele faz para si mesmo, tais como: “Por que nasci?”; “De onde eu vim?”; “Quais as perspectivas para a minha vida?”; “Por que continuo a lutar mesmo quando me encontro esgotado física e emocionalmente?”. São esses questionamentos que em suma diferenciam

16

os seres humanos dos animais que apenas são guiados pelo instinto e não possuem a capacidade espiritual de se questionarem por que estão em determinada situação, e qual o sentido da vida (ZOHAR; MARSHALL, 2002).

É essencial desenvolver essa inteligência porque sem ela o indivíduo pode

não encontrar sentido na vida, nem encontrará estratégias para superação dos dilemas. Em Zohar e Marshall (2002), a inteligência espiritual é responsável pelo significado da existência. É a inteligência que o ser humano utiliza para desenvolver os valores éticos e morais, crenças que o nortearão durante a vida. O Q.S permite ao homem ser criativo, alterar regras, modificar formas de pensar e agir. Dá ao ser humano o livre arbítrio, isto é, o direito de escolher o que fazer e como fazer. É através dessa inteligência que o ser humano tem a capacidade de temperar normas rígidas. O QS não implica ser religioso. Isto é, uma pessoa espiritualmente não precisa necessariamente ser religiosa. Uma pessoa religiosa pode não ter um alto QS; assim como um indivíduo não religioso pode ser espiritualmente inteligente. Essa inteligência é inata ao ser humano, uma capacidade inata da psique humana, extraído de dentro de si os recursos mais profundos da alma. Ela independe dos valores determinados pela sociedade. Ela é diferente das religiões tradicionais, porque estas são um conjunto de dogmas determinados de fora, são regidas por um grupo de regras, conduzida por um ou vários líderes; já o QS não é imposto a partir de um sistema de regras e costumes, ele emerge de dentro do indivíduo (ZOHAR e MARSHALL, 2002).

É através do QS que o ser humano identifica e reconhece os valores e crenças da sociedade, embora não seja baseada neles. A criatividade é um dos atributos da IE, por isso o ser humano é criativo. O QS permite o ser humano descobrir os seus próprios valores. Ele possibilita o homem reagir às suas experiências com alegria, dor, raiva, amor, diferente das máquinas e animais. Essa capacidade de raciocinar, de se indagar permite a ele ser criativo, modificando regras, dogmas e tradições culturais, religiosos. Um exemplo da ausência da IE é

um computador receber um comando, em nenhum momento se perguntará: “porque devo fazer isso?” “Qual a sentido disso para mim?” “Há outro meio para desempenhar esse ofício?” “Posso decidir não executar esse comando?” Esses questionamentos os dispositivos eletrônicos jamais farão a si ou a outros indivíduos;

17

o que certamente acontecerá é a máquina executar tal comando. (Zohar e Marshall, 2002). Através dessa inteligência, o ser humano pode chegar às questões mais profundas da sua existência, como por exemplo: Como surgiu o universo? De onde Qual a origem da raça humana? Qual o sentido da minha vida? Qual o futuro da humanidade? Como eu posso superar as adversidades da vida? Para Zohar e Marshall (2002), essa capacidade espiritual é inata ao ser humano. Ela não é adquirida através de vivências ou práticas religiosas; no entanto pode ser aperfeiçoada a partir das experiências do indivíduo ao longo dos anos com ou sem ajuda da religião.

### **2.3 Prova Científica do QS**

A inteligência espiritual foi comprovada cientificamente há poucos anos, embora ela seja tão antiga quanto à humanidade. Mesmo assim já existem diversos estudos científicos que a comprovam, desde os neurologistas, psicólogos até os antropólogos (ZOHAR; MARSHALL, 2002).

Alguns cientistas pesquisadores publicaram nos anos de 1990 suas pesquisas relacionadas à comprovação científica do QS, dentre eles estão o neuropsicólogo Michael Persinger, o neurologista Vilayanu Ramachandran e sua equipe pesquisadora batizaram como “o ponto Deus” a área dos lobos temporais

ligada à experiência religiosa . Segundo eles, esse centro espiritual localiza-se entre as conexões neurais nos lobos temporais no encéfalo. Eles chegaram a essa conclusão a partir de escaneamentos realizados com topografia. Essas conexões neurais se iluminavam mostrando a sua ativação todas as vezes que os participantes da pesquisa participavam de discussões relacionadas à espiritualidade e religião (ZOHAR; MARSHALL, 2002).

O trabalho de Ramachandran foi o pioneiro em demonstrar que os lobos temporais (região encefálica responsável pelo QS) está ativo em indivíduos normais. O “ponto de Deus” não prova a existência de Deus, entretanto, evidencia que o cérebro humano evoluiu para realizar perguntas finais, objetivando utilizar sensibilidade a sentidos e valores mais amplos, (ZOHAR; MARSHALL, 2002).

Outra pesquisa foi realizada pelo neurologista Wolf Singer na década de 1990 sobre “o problema de aglutinação”. Essa aglutinação expõe que há um processo

18

neural no encéfalo que se dedica a unificar e atribuir sentido às experiências do ser humano. O neurologista e antropólogo Terrance Deacon publicou novos trabalhos concernentes à linguagem humana. Deacon demonstrou que a linguagem falada é exclusivamente humana, é uma atividade centrada no sentido e evoluiu-se em conjunto com os lobos frontais do cérebro. Nem os computadores, nem os animais podem utilizar a linguagem, porque carecem de recursos do lobo frontal para manejar o sentido (ZOHAR; MARSHALL, 2002)..

O neurobiólogo Persinger e outros pesquisadores descobriram que indivíduos propensos a ataques de epilepsia têm mais possibilidade de ter experiências espirituais do que as pessoas consideradas “normais”. Após os ataques epiléticos,

os indivíduos descreviam experiências com o Sagrado, “há uma luz divina que ilumina todas as coisas”. “Doutor, subitamente tudo ficou claro como um cristal” Zohar e Marshall (2002, p.112). Isso tudo acontece devido às descargas de atividades elétricas mais intensas e mais altas do que o normal na região dos lobos temporais do encéfalo. Os lobos temporais estão estreitamente correlacionados ao sistema límbico (centro das emoções e memória cerebral), essa pode ser a explicação porque as inteligências espiritual e emocional são interligadas entre si (ZOHAR; MARSHALL, 2002)..

Em um estudo comparativo realizado com indivíduos epilépticos e indivíduos considerados “normais”, foram introduzidos elétrodos de EEG nas têmporas de cada um. Todos os participantes foram expostos a palavras relacionadas a assuntos religiosos ou espirituais, e nos momentos em que as palavras eram apresentadas, a atividade dos lobos temporais aumentava-se em grande proporção. Assim, os pesquisadores chegaram à conclusão de que possivelmente haja nos lobos temporais de indivíduos considerados normais uma maquinaria neuronal especializada ligada à religião. Segundo esses cientistas “o fenômeno da crença religiosa talvez seja uma fiação permanente no cérebro” (ZOHAR e MARSHALL 2002, p.114).

#### **2.4 Atrofia Espiritual**

Segundo os escritos de Zohar e Marshall (2002), há três níveis para o ser humano tornar-se espiritualmente atrofiado: 1) O não desenvolvimento absoluto de algum dos aspectos do eu; 2) Por ter desenvolvido de forma desproporcional algum aspecto de um modo destrutivo ou negativo; 3) Por ter um vínculo conflitante ou não

manter um relacionamento com os diferentes aspectos. “A doença espiritual e redução do QS são resultados de problemas de relacionamento com o centro profundo do eu” (ZOHAR e MARSHALL, p.188, 2002). Isso acontece porque o ser humano é separado das raízes que nutrem o eu, que transcendem tanto o ego quanto a cultura associativa e perpassam o próprio ser. Para alguns, isso poderia ser denominado de “doença existencial”; já Jung preocupou-se com essas doenças existenciais/espirituais, afirmando que todas as psiconeuroses precisarão ser compreendidas como uma alma sofredora que não encontrou seu sentido (ZOHAR e MARSHALL, 2002).

Na patologia espiritual, o ser humano tem que lidar com as mesmas patologias que a psiquiatria e a psicologia ocidentais tratam, como a psicose maníaco-depressiva e vícios paranoias. A diferença é que no contexto espiritual, atribui-se esses estados aos problemas de sentido e valor, e também à incapacidade do indivíduo integrar e equilibrar a sua personalidade. A patologia espiritual ainda leva o ser humano a deparar-se com o desespero, o lado escuro ou rejeitado do Eu, à possessão e o mal. Um exemplo bem conhecido que os autores descrevem sobre a patologia espiritual é a esquizofrenia. Os esquizofrênicos não são capazes de integrar-se e integrar o mundo a sua volta. As experiências deles como percepções e emoções acontecem distante do contexto. Os componentes da esquizofrenia, a saber, os efeitos produzidos pelo ambiente, opção pessoal e reações podem ser descritas com maior propriedade como um componente espiritual, isto é, a falta de capacidade do indivíduo esquizofrênico constituir relação com o centro e utilizar as energias vitalizantes e integradoras (ZOHAR e MARSHALL, 2002).

Na atualidade, na cultura ocidental o modo mais comum de ser atrofiado

espiritualmente acontece porque a camada exageradamente desenvolvida do ego e separou-se do seu centro. A raça humana é muito racional, consciente demais de si mesma e muito propensa a jogos. O homem foi desviado do seu próprio corpo e das suas energias, desviado dos sonhos e recursos mais profundos da sua imaginação. Com esse cenário, essas situações levam a uma queda significativa da inteligência emocional. Quando o QS é baixo, o ser humano passa a ser caricatura de si mesmo e das suas emoções. As próprias reações são limitadas e fragmentadas. O ser humano pode ser empolgado pela raiva, cobiça, medo e inveja, podendo tornar-se desequilibrado e não conseguir lidar com o desequilíbrio nos demais, além de perder conexão com a inteligência espiritual (ZOHAR e MARSHALL, 2002).

20

Para Zohar e Marshall, há duas reações/eventos anormais/fragmentadas se tornar espiritualmente atrofiado nos 6 modelos de personalidade que descreveremos a seguir: 1) Personalidade convencional, 2) Personalidade social, 3) Personalidade investigativa, 4) Personalidade artística, 5) Personalidade realista, 6) Personalidade empreendedora. A personalidade convencional (contabilista, secretária, operador de computador) é comprimido entre as reações normais de afinidade com o grupo e também afastamento dele. Quando o ego é separado das camadas mais profundas do centro, as reações podem transformar-se em lealdade cega ao grupo, perda narcisista de interesse pelo próximo. Tanto o fanatismo, quanto o narcisismo são reações espiritualmente atrofiadas (ZOHAR e MARSHALL, 2002).

O tipo de personalidade social (terapeuta, professor, conselheiro), está presente nas reações normais de afetividade pelas pessoas, e também sensações de antipatia. Ambas são naturais e inteiramente sadias quando utilizadas em

proporções corretas. No entanto, quando o ego se distancia das camadas mais profundas do Eu, a empatia pode transformar-se em antipatia, em auto sacrifício masoquista, ou a incapacidade sociopáticas de se compadecer pelo próximo. Tanto os vícios, quanto às condições sociopáticas são características de atrofia espiritual (ZOHAR e MARSHALL, 2002).

O tipo de personalidade artística (poeta, músico, escritor, pintor) pode alternar entre as reações de comemoração, sensação de realização pessoal, e pesar profundo por não ter alcançado o objetivo que se propôs fazer. Quando essas reações se afastam do centro do Eu, a comemoração pode transformar-se em mania, má colocação de euforia, ou falso senso de realização. O sentimento de pesar pode em alto nível converter-se em depressão e incapacidade de encontrar prazer nas coisas boas, projetos e relacionamentos. Cita-se também a psicose maníaco-depressiva. Trata-se de um tipo de personalidade espiritualmente atrofiada, porque subtrai a perspectiva, contexto e senso de inteireza dos sofredores (ZOHAR e MARSHALL, 2002).

O tipo de personalidade realista (motorista, piloto, engenheiro), varia entre a reação positiva do triunfo e a reação negativa de vergonha. Quando essas sensações se separam do Eu e do centro, o triunfo pode transformar-se em auto-indulgência, e a vergonha pode degenerar e reverter-se em ódio a si mesmo. Ambas as reações furtam o senso de perspectiva do indivíduo. E o sexto tipo de personalidade, empreendedora (político, executivo empresarial, soldado, policial)

21

experimenta a reação emocional positiva de assumir responsabilidade, ser fiel a um ideal. Se esta reação se torna negativa, em baixo nível, ele poderá se sentir

desmoralizado ou fugir da responsabilidade. Quando o ego desse tipo de personalidade se separa dos níveis mais profundos, as qualidades de liderança pode transformar-se em arrogância e autoritarismo; e do mesmo modo, a sensação de ter cometido traição pode deteriorar e transformar-se em paranoia doentia, isso pode levar à convicção de que foram os outros que o traíram (ZOHAR e MARSHALL, 2002).

## **2.5 Curando-nos com o QS**

A doença espiritual é um estado na qual o ser humano está fragmentado do centro do eu. A IE é o meio com o qual o ser humano pode se curar. Na derivação inglesa, as palavras “saúde” e “cura” têm as mesmas raízes. O termo inteligência espiritual nesse contexto significa apanhar, reunir as peças fragmentadas do centro do eu. Quando o homem nasce e mais tarde quando adulto reúne a sua experiência na vida, age a partir do entendimento de um marco de referência mais amplo. O ser humano pode nesse instante colocar a experiência da infância, adolescência e vida adulta no contexto mais amplo da sua vida. Se essa experiência é a do condicionamento cultural dele, então ele tem a maturidade necessária para se distanciar da cultura. O QS permite ao ser humano compreender que certos tipos de padrões de respostas, relacionamentos e comportamento geram consequências não desejadas (ZOHAR e MARSHALL, 2002).

O QS é uma capacidade inata do ser humano e este não precisa ser herói espiritual. A alma é sempre capaz de se rejuntar, de se reencontrar. Na crise espiritual, o ser humano perde todo sentido, e provavelmente os valores da sua vida sejam colocados em cheque. Nesse cenário, o homem pode estressar-se, ou entrar em depressão, procurando nas drogas um alívio. Essas crises geralmente são

dolorosas, entretanto quando enfrentadas de maneira corajosa, elas podem oferecer oportunidades para o indivíduo se fortalecer e se reerguer, conseqüentemente isso resulta na melhora e transformação do eu (ZOHAR e MARSHALL, 2002).

Os autores acima descrevem que “ser espiritual é estar em contato com a inteireza, literalmente ter o senso da própria integralidade” (ZOHAR e MARSHALL, 2002, p. 213 e 214). O desejo de rejuntar-se e tornar-se íntegro é apenas o primeiro

22

passo de um processo que pode ser longo e doloroso. Quando o ser humano está separado do seu centro, resultado da fragmentação, da dor, do medo, a sensação é como a de uma pessoa que está andando num caminho durante a noite em completa escuridão e repleto de buracos com uma pequena lanterna para se guiar. Por não enxergar praticamente nada a sua frente, locomove-se cautelosamente a fim de não encontrar surpresas indesejadas. Agora, se esse mesmo caminho é percorrido durante o dia, a visão torna-se muito mais vasta, e desse modo pode-se evitar com maior confiança e segurança os buracos. A luz interna do QS produz esse efeito no que se refere aos momentos turbulentos da vida (ZOHAR e MARSHALL, 2002).

Segundo Zohar e Marshall (2002), quando o ser humano utiliza a inteligência espiritual, passa a perceber o mundo a partir do centro. O homem consegue inserir sentimentos, emoções e eventos num cenário sempre mais amplo, desse modo relacionando entre coisas que pareciam ser separadas, percebendo e também criando relações e padrões.

O homem pode ser ajudado de várias maneiras na busca da cura espiritual. Ele pode receber ajuda através da compaixão de pessoas amadas, ou receber um

conselho de um líder espiritual a qual respeite, ou também por um terapeuta experiente que lhe inspire confiança e seriedade, ou recorrer a símbolos religiosos que tenham sentido para a pessoa, como por exemplo, a Cruz para os Cristãos, a estátua de Buda para os Budistas, ou ouvindo uma canção que mexe com os sentimentos e emoções e que traz boas recordações de uma vivência agradável, além disso, pode inspirar-se na vida de uma pessoa que trouxe grande contribuição para a sociedade, inspirar-se numa pessoa que cultivou o amor, a compaixão, a solidariedade e a misericórdia (ZOHAR e MARSHALL, 2002).

Zohar e Marshall (2002) descrevem que as crianças são exemplos de pessoas com alto QS, porquanto elas estão sempre a se perguntar e também aos adultos o porquê das coisas procurando o sentido de tudo. Elas perguntam por que nasceram, como nasceram, questionam por que devem realizar determinada tarefa e qual o sentido dela. A partir disso, percebe-se que as crianças são espiritualmente inteligentes, inteligência que muitos adultos perdem com o passar dos anos, frente às situações e embates da vida. O que pode prejudicar no desenvolvimento da inteligência espiritual, principalmente em crianças, são as respostas dos adultos às

23

perguntas delas, as quais eles mesmos não aceitariam como resposta, isso as desestimulam e é prejudicial ao alto QS infantil.

Há experiências de pessoas que vivenciaram a iminência da morte a qual faz surgir a luz do QS. Uma pessoa que foi para uma guerra, vivenciou muitas atrocidades, desesperos e medos, foi gravemente ferido, e nessa situação não tem a certeza se viverá ou se morrerá, então ela se pergunta: “será se sobreviverei a esta tragédia? Porque se eu não sobreviver, não há sentido tanto sofrimento e dor”,

(ZOHAR e MARSHALL, 2002). Ou uma pessoa que fumou cigarro a vida toda, e encontra-se num estado terminal de câncer, então ela se pergunta: “valeu a pena toda a minha prática tabagista a ponto de chegar a essa situação? Há alguma forma para me curar desse câncer e voltar a viver livre dessa enfermidade? Porque se não houver solução, não há sentido eu ter vivido nessa prática, alimentando o vício e acabando com a minha vida de forma trágica e indesejada”.

Uma pessoa que diz conversar com Deus, que mantém uma comunicação direta com esse Ser Supremo do Cristianismo/Judaísmo pode ser na realidade para Zohar e Marshall (2002) que a pessoa está realmente conversando com o seu próprio QS. Assim, para essas pessoas que dizem conversar com Deus, Ele pode ser o marco final de sentido e valor. É isso que a inteligência espiritual faz com o ser humano, contextualiza e coloca as experiências num quadro de sentido e valor. No entendimento destes autores, quando um indivíduo conversa com Deus, faz o melhor que pode para adquirir a sabedoria inata, isto é, a inteligência espiritual, a pessoa está elevando o seu próprio QS.

Nos últimos anos, os valores éticos e morais sofreram transformações consideráveis. O que antigamente era considerado certo ou errado, atualmente não tem mais o mesmo valor. O ser humano vive na constante luta concernente às questões éticas e morais, como se manter num caminho reto e como orientar os seus filhos (ZOHAR e MARSHALL, 2002). Nesse momento de transição de valores éticos, o homem pode estressar-se sem ter um caminho norteador a trilhar. Zohar e Marshall citam o historiador Eric Hobsbawm, que nos últimos cinquenta anos houve mais transformação do que desde a Idade da Pedra.

No indivíduo espiritualmente inteligente o eu mais profundo oferece meios para ele trilhar na corda bamba entre as torres da certeza. Assim, o ser humano

pode ter acesso a algo dentro de si que torna os questionamentos mais relevantes

24

do que as respostas parciais e que conduz os valores com mais sensatez do que alguma regra imposta.

## **2.6 Como Melhorar o QS**

De que maneira uma pessoa pode melhorar o seu QS? Ou como elevar a I.E. em uma sociedade espiritualmente atrofiada? Como ser espiritualmente inteligente em um mundo contemporâneo em que as pessoas sequer são inteligentes, não conhecem a si próprio e muito menos possuem a inteligência espiritual? Zohar e Marshall apresentam alguns caminhos para aprimorar a inteligência espiritual, a fim de tornar a vida mais rica de sentido.

Zohar e Marshall (2002) entendem que “por caminho” é o ser humano descobrir o seu caminho quando age a partir das motivações mais profundas do seu eu. Seguir um caminho de uma forma espiritualmente inteligente significa ser um indivíduo estreitamente comprometido consigo mesmo, assim ele será comprometido com qualquer atividade. Quando um indivíduo encontra seu caminho a trilhar, como por exemplo, seguir uma carreira profissional baseada totalmente nas motivações mais profundas do seu eu, isso é escolher um caminho espiritualmente inteligente. Ter a consciência de que é possível encontrar o seu caminho durante a existência é o primeiro passo para elevar o QS. O próximo passo é dizer a si mesmo: “Eu quero esse estilo de vida para mim”, e dar início a essa tarefa; no entanto, descobrir onde está o seu centro pode ser uma dolorosa missão.

Na visão de Zohar e Marshall (2002), para ser uma pessoa espiritualmente inteligente, não há apenas um único caminho a trilhar, nem tampouco um melhor do

que os outros; todos são essenciais e válidos. Todos os caminhos exigem profundidade do QS. Por exemplo, se todas as profissões se executadas com alto QS, ou seja, motivação profunda, a vida de quem as executa será cheia de sentido. Para aperfeiçoar a IE há 6 caminhos, e que durante a vida a pessoa pode percorrer vários, ou talvez todos eles.

O primeiro caminho é o “caminho do dever”. Zohar e Marshall descrevem esse caminho da seguinte maneira:

Esse caminho é o de integra-se, cooperar e contribuir para a comunidade e ser por ela protegido. Segurança e estabilidade dependem de experimentarmos afinidade com outras pessoas e com o ambiente, geralmente desde a infância. Nessa medida, seguir esse caminho é importante para todos nós. No tocante a 10-15% dos adultos no mundo ocidental, esse caminho continua a ser o principal interesse. (ZOHAR E MARSHALL 2002, p.258).

25

No caminho do dever, em qualquer comunidade certas regras devem ser respeitadas, normas e princípios devem ser seguidos e as recompensas serem recebidas. O princípio é sempre ajustar-se e realizar as atividades com motivação profunda. Para trilhar o caminho do dever de modo espiritualmente inteligente, a pessoa precisa querer pertencer ao grupo, é preciso decidir de livre espontânea vontade praticar as normas e os códigos de tal grupo. Entretanto, há um roteiro que leva a uma estupidez espiritual que é seguir as regras e normas estabelecidas de determinado grupo apenas por hábito, ou por comodismo acompanhar o grupo a que pertence, por medo de ser expulso dele, sofrer retaliações dos outros indivíduos. Com esse cenário, a pessoa que assim se comporta, não utiliza as motivações mais profundas do seu eu, desse modo não possibilita a conexão entre a sua alma e o mundo externo a qual o cerca. Por esse sujeito seguir as práticas do grupo de modo

robotizado e sem sentido, essas práticas não são espiritualmente inteligentes (ZOHAR E MARSHALL, 2002).

O segundo caminho é “O Caminho do cuidado e do carinho”. Esse caminho refere-se às práticas de amar, proteger, cuidar e tornar-se fecundo. Está relacionado ao relacionamento interpessoal, tem como motivação a amizade calorosa, o vínculo afetivo com outras pessoas, o sentimento paternal/maternal. Do mesmo modo que no primeiro caminho descrito acima, há práticas no caminho do cuidado que a IE não está presente, como por exemplo, o ódio, o rancor, a vingança, a rivalidade, as quais são práticas opostas ao amor (ZOHAR E MARSHALL, 2002). Essas emoções e sensações negativas podem resultar em consequências que afetam a saúde mental. Eles podem levar a pessoa a enxergar a vida de maneira amarga, privá-la de vivenciar as coisas boas da vida, assim levando à perda de sentido.

O terceiro caminho é “o do conhecimento”, ele é descrito da seguinte maneira:

O Caminho do conhecimento varia da compreensão geral de problemas práticos, passa pela pesquisa filosófica mais profunda da verdade, chega à busca espiritual de conhecimento de Deus e de todos os Seus caminhos e culmina na união final com Ele através do conhecimento[...] Este é um caminho que começa com simples curiosidade e necessidades práticas, mas que, à medida que a paixão se aprofunda, leva-nos aos próprios limites daquilo que nossa compreensão, e mesmo nosso ser, pode conter. (ZOHAR E MARSHALL, 2002, p.269 e 270). No princípio da história, o conhecimento era muito respeitado. As pessoas

comuns solicitavam conselho dos sacerdotes para as suas vidas, colocando em prática o que era orientado. O caminho do conhecimento é trilhado por indivíduos motivados por querer adquirir o conhecimento, como por exemplo, os

26

pesquisadores, cientistas, estudiosos e outros. O conhecimento e a compreensão são apaixonantes, eles levam o ser humano a vivenciar o mundo externo de forma veemente e também dentro de si mesmo. O conhecimento é benéfico e pode ser

libertador para quem o possui, pode levar a descobertas e invenções, por exemplo, o profundo conhecimento dos cientistas e estudiosos que resultaram em grandes tecnologias para a sociedade atual, as quais trouxeram benefícios e melhores condições de vida. Uma maneira espiritualmente ignorante de percorrer o caminho do conhecimento são os indivíduos que acreditam ser perigoso ou difícil adquirir conhecimento, refletir sobre as suas vivência e suas experiências, e por isso permanecem na superfície do conhecer e compreender, (ZOHAR E MARSHALL, 2002). O quarto caminho é o da Transformação Pessoal. Geralmente ele está presente em escritores, poetas e artistas. Está relacionado à criatividade.

Indivíduos que palmilham esse caminho podem dar forma a um potencial ainda não expressado- sentimentos nunca antes sentidos, visões jamais vistas, cores sequer imaginadas, pensamentos ainda não conceitualizados etc (ZOHAR E MARSHALL, 2002, p.275). A maioria dos seres humanos, pelo simples fato de serem humanos e possuírem um grau de inteligência espiritual, mesmo pequeno percorrem uma certa distância desse caminho. Os artistas muitas vezes são considerados como curadores-feridos da sociedade. Eles são exigidos a percorrerem jornadas temidas pelo desconhecido, com o objetivo de recuperar as partes que foram perdidas de si. Os indivíduos de personalidade artística são expostos a conflitos, o que pode servir de motivação. Eles possuem a capacidade de conhecer e experimentar situações extremas, como por exemplo, a luz e a trevas, regozijo e o desespero, (ZOHAR E MARSHALL, 2002).

O quinto caminho é o da Fraternidade. Ele refere-se às pessoas que fazem parte de um grupo, amam o grupo e lutam por ele, são leais aos seus colegas e à família, possuem grande senso de justiça, são comparados aos heróis e aos guerreiros valentes. Nesses tipos de pessoas, há um profundo senso de fraternidade. Outra característica marcante nesses indivíduos é a capacidade de

produzir forças quando enfrentam cruéis adversidades, conseguem se manter confiantes confortando a si e aos que convivem com eles. No caminho da fraternidade, a justiça é uma característica forte. Ela significa agir de maneira correta, já a fraternidade é no tocante ao valor de todos os seres humanos.

27

O sexto caminho é o da Liderança Servidora. Todos os grupos existentes na sociedade necessitam de líderes que possam conduzir o restante do grupo. Um bom líder precisa se dar bem com os demais integrantes do grupo, precisa ter uma conduta impecável, de modo que os seus liderados possam se inspirar nele. Um bom líder sabe servir aos outros e tem prazer em realizar tal ato. Eles convocam os liderados a realizar tal ato com ele na frente. A liderança através do serviço é o caminho mais nobre dos caminhos espirituais. No entanto, uma maneira espiritualmente ineficaz é utilizar a liderança como abuso de poder e autoritarismo para se beneficiar, sem se importar com os demais integrantes do grupo (ZOHAR E MARSHALL, 2002).

Ao final da descrição dos 6 caminhos para se tornar espiritualmente inteligente, Zohar e Marshall apontam 7 etapas para obter maior inteligência espiritual: 1) O ser humano precisa tornar-se consciente de onde ele está no momento; 2) Sentir fortemente o desejo mudança; 3) Refletir sobre onde está o seu centro e onde está as suas mais profundas motivações; 4) Identificar e eliminar os obstáculos; 5) Examinar diversas possibilidades de progredir; 6) Comprometer-se com um caminho; e 7) Permanecer consciente de que existem muitos caminhos.

A partir dos conceitos propostos por Gardner, Zohar e Marshall, bem como os caminhos sugeridos por estes, a inteligência espiritual torna-se mais acessível a fim

de tornar a vida mais completa e cheia de sentido e valor mesmo numa sociedade onde é exigido o imediatismo, o consumismo compulsório num mundo capitalista, que trabalha-se muito no objetivo de ter, possuir riquezas materiais, trabalham na exaustão, no limite físico, por isso chegam ao desgaste físico, psicológico e emocional. Esse trabalhar excessivo no objetivo de ter pode até produzir riquezas financeiras, no entanto, muitas vezes não preenchem a vida do ser humano e nem tornam a vida cheia de sentido, afinal a própria sociedade não exige das pessoas reflexões mais profundas sobre a vida, desse modo, nem todos os indivíduos tem sentido na vida.

Embora a sociedade encontra-se num cenário de baixa inteligência espiritual, é possível tornar-se espiritualmente inteligente através dos escritos tanto de Zohar e Marshall, quanto de Gardner, que muito podem contribuir para a sociedade para a busca de uma vida espiritualmente inteligente.

28

### **3. CONCEITOS BÁSICOS DE LOGOTERAPIA**

O termo LOGOS é uma palavra grega que significa “sentido”, e *terapia* é derivada do termo grego *therapeia* que significa “o ato de curar”. Assim, a Logoterapia significa a busca de sentido da vida.

Viktor Frankl é o fundador da Logoterapia, também considerada como a Terceira Escola Vienense de Psicoterapia. O princípio norteador da Logoterapia é auxiliar o paciente a encontrar sentido para a sua existência. Para Frankl (1987), a busca de sentido da vida é a principal força motivadora para o ser humano. Segundo ele, nada no mundo pode contribuir tanto para um indivíduo (mesmo nas condições mais adversas) quanto saber que a sua vida tem sentido. Essa é uma busca

constante do ser humano, procurar sentido para a sua vida, algo que o mantenha motivado e orientado para metas durante a vida. Em Frankl (2003), se o homem vivesse no prazer todo o sentido da vida, a vida então pareceria sem sentido. Se o prazer fosse todo o sentido da vida, então essa vida não teria sentido algum. O ser humano que busca a felicidade em si deseja-a de uma forma absoluta, individual e incondicional, sem que nela esteja implicada necessariamente uma razão para ser feliz (PEREIRA 2007). Para ele, a vontade de sentido orienta o ser humano para uma realização de sentido, a qual resulta na razão para ser feliz.

Frankl (1987) argumenta que se o indivíduo encontrar algo ou alguém por quem lutar, se preciso for até morrer, essa pessoa encontrou o sentido da vida. Pode-se tomar por exemplo uma mãe ou pai que tendo um filho faz tudo por ele, este torna-se assim o centro da vida dos seus genitores. Aqueles trabalham por seu filho, se necessário deixam de se alimentar para alimentá-lo. Se for necessário doar um órgão essencial para a vida, esse genitor é capaz de doar mesmo que isso signifique morrer para que o seu filho viva. Nesse exemplo, segundo as palavras de Frankl, o genitor encontrou um sentido para a sua existência.

Para Frankl (1987), é essencial o indivíduo ter vontade de sentido, ter algo que o preencha durante a sua vida. Essa busca pelo sentido é individual, porque partindo do princípio de que cada indivíduo é único e singular em seu modo de viver, o que pode fazer sentido para um, pode não fazer para outro. Além disso, a razão e o sentido para um indivíduo pode modificar-se, visto que o ser humano está em constante transformação dos seus ideais, valores, princípios, objetivos, desejos e anseios formas de pensar e agir; por isso Frankl ressalta que a vontade de sentido é estritamente única e individual.

### **3.1 Noodinâmica**

Viktor Frankl conceitua a noodinâmica como sendo a tensão interna do intervalo da situação em que se encontra e a meta traçada. Em outras palavras é a situação que o indivíduo se encontra e onde ele deve chegar baseado nos princípios que o norteiam durante a sua existência (FRANKL, 1987).

A busca por sentido pode causar certa tensão interior, no entanto, justamente essa tensão é essencial para a saúde mental. Frankl ousou dizer que “nada no mundo contribui tão efetivamente para a sobrevivência, mesmo nas piores condições, como saber que a vida da gente tem um sentido.” (FRANKL, 1987, p. 60). Um exemplo disso é o cenário encontrado nos campos de concentração nazistas. Os cativos que sabiam que existia uma tarefa aguardando por eles, tinham maior probabilidade de sobreviver aos horrores daqueles ambientes. Frankl dá o exemplo de si mesmo em que ao produzir um manuscrito, o material foi apreendido. Para ele, não há dúvidas de que o profundo desejo de reescrevê-lo o ajudou a sobreviver àquele cenário tenebroso. Desse modo, percebe-se que mesmo no momento em que o indivíduo se depara com uma situação desfavorável, se há um sentido, um objetivo a ser alcançado, o indivíduo terá maiores chances para a superação da adversidade.

Visto os exemplos acima citados de superação de adversidades baseados na vontade de sentido, faz-se importante e essencial sempre o ser humano buscar o sentido da sua existência, pois se não tem um objetivo que o norteará durante a vida, qualquer obstáculo que surgir poderá levá-lo a desgostar de viver, e como consequência dar fim à sua existência.

Quando um indivíduo se depara com uma situação desfavorável, as

esperanças e forças parecem sucumbir em meio ao cenário desesperador; a questão não “é o que eu ainda espero da vida”, e sim “o que a vida espera de mim”. Nesse momento é de suma importância buscar a ressignificação, pois a própria busca de sentido pode ajudar o indivíduo a superar a indesejável situação.

### **3.2 Vazio Existencial**

O termo Vazio Existencial<sup>1</sup> é definido como a falta de sentido da vida. Em outras palavras, é quando nada preenche o ser humano, nem família, amigos, relacionamento, jogos, viagens e religião. Esse vazio se revela principalmente num

<sup>1</sup> Também conhecido como Vácuo Existencial.

estado de tédio e apatia que pode acontecer quando o indivíduo está inserido num ambiente (trabalho, faculdade, família e etc). O indivíduo acostumado com a sua rotina faz as atividades de modo robotizado, cansado de tanto executá-las e perdendo o ânimo pratica a sua função sem refletir ao menos o porquê dessa situação. Assim, percebe-se uma ausência de sentido, ou apatia existencial. Frankl ressalta que não são poucos os casos de suicídio que podem ser atribuídos a esse vazio existencial. Outro exemplo de vazio existencial pode ocorrer na ociosidade dominical<sup>2</sup> e feriados, quando o sujeito se dá conta de que a lista de atividades produzidas pelo corre-corre da semana não está presente, como consequência surge a sensação de vazio (FRANKL, 1987).

Além dessas circunstâncias, Frankl (1987, 1991) afirma que o homem do século XXI sofre pelo vazio existencial devido à perda de regras e tradições que norteavam as suas práticas em vida. O autor fala da perda da tradição enquanto

dimensão vital e dimensão social. A primeira dimensão é determinada pelos instintos. Ela refere-se às responsabilidades da vida, provisão de alimentação, abrigo e segurança para si e para os que dependem dele. Já a segunda é norteadora pelas tradições, tanto no ambiente social, quanto no seio familiar. Ademais, o ser humano sofre com uma perda progressiva do instinto ao longo da história. As perdas de instinto e tradições levam o homem à falta de princípios norteadores, no tocante ao que se pode e não se deve fazer, e ausência de motivação profunda que o impulsionará durante a vida.

### **3.3 O Sentido do Sofrimento**

Na atualidade pode-se perceber que em determinados casos, muitos indivíduos cogitam a possibilidade de suicídio, pois na tentativa de aliviar o sofrimento idealizam a morte. Isso acontece porque de certa maneira já não encontram sentido para a sua existência, nada os preenchem. Já Frankl (1987) afirma que não se pode esquecer que é possível encontrar sentido mesmo em situações que não há como serem alteradas, como por exemplo, a morte de um ente querido. O desafio não é fazê-lo ressuscitar, e sim transformar a si próprio procurando uma nova perspectiva sobre a situação a fim de encontrar um novo ânimo. Descobrir um sentido de vida em meio a um sofrimento é transformar a dor numa motivação objetivando ser resiliente.

<sup>2</sup> Frankl (1987) conceitua a ociosidade dominical como a Neurose Dominical.

Para exemplificar o sentido do sofrimento, cita-se a vida de Jesus. Segundo a tradição Cristã, ele foi crucificado por anunciar uma ideologia diferente das

existentes, tanto na esfera política, quanto religiosa. A convicção ideológica dele era tamanha que mesmo ao ser julgado, e na iminência de ser cruelmente morto através da crucificação ele não a abandonou. Percebe-se que o seu sofrimento estava repleto de sentido, porque acreditava profundamente nos seus ensinamentos. Para ele valia a pena morrer pelo que acreditava, por isso não renunciou a sua posição não sucumbindo à pressão psicológica daqueles que o acusavam.

### **3.4 Sentido da Vida**

Entrelaçado ao sentido do sofrimento está o sentido da vida. Do mesmo que o indivíduo encontra sentido no sofrimento, ele também pode encontrar um sentido da vida temporário ou não, porque isso também o levará à resiliência das dificuldades da vida (FRANKL, 1987, 1991). A busca pelo sentido de vida é individual e intransferível, porque cada ser humano é único em sua essência na forma de pensar e agir. Por ser único dentre todos no Universo, o ser humano carece de sentido exclusivamente dele, porque o sentido para um pode não ser para o outro.

Frankl critica a escala de “hierarquia das necessidades” de Abraham Maslow (1908-1970), porque a autorrealização não pode ser o objetivo final da existência humana, visto que o preenchimento vertical das necessidades pouco ajuda no que refere-se a encontrar sentido. Assim, segundo Frankl, qualquer uma das etapas da hierarquia de Maslow é importante desde que haja sentido.

Pereira afirma que “quem busca a felicidade em si, parece desejá-la de modo absoluto, incondicional e individual, sem que nela esteja implicada uma ideia de razão para ser feliz”. (PEREIRA, 2007, p.128). Para ele, a razão, no entanto, está relacionada ao efeito da realização de um sentido, e não como algo que é alcançável por si mesmo. Frankl (1987) afirma que o homem é um ser responsável e necessita realizar o sentido potencial da sua vida. Ele ressalta que o genuíno sentido

da vida deve ser descoberto no mundo, e não dentro de si.

Frankl (1987, 1991) destaca que quanto mais o indivíduo se preocupa com a realização de um sentido, menor será a probabilidade de alcançá-la; da mesma forma é a busca do prazer: quanto mais o persegue, menor será a chance de realizá-lo. Assim, pode-se concluir que “a auto realização surge espontaneamente” (FRANKL, 1991, p.66). O propósito final de um indivíduo é não realizar a si mesmo,

32

mas satisfazer o sentido. Quando se realiza o sentido pessoal de vida, automaticamente o indivíduo se realiza. Um exemplo dessa afirmativa é um indivíduo que tem como objetivo na vida se casar, ter uma esposa e dela nascer filhos e dar a eles o melhor que ele puder. Para isso, ele terá que encontrar uma mulher com princípios, valores e propósitos semelhantes, a fim de ter um relacionamento estável. Eles terão seus filhos. O pai vivencia o nascimento, a infância, adolescência, juventude e vida adulta do filho, e por ele faz o que lhe for preciso. Esse genitor, nesse contexto pode perceber que a sua vida tem sentido, porque o objetivo que ele traçou anteriormente está se concretizando, e quando chegar à velhice e recordar do passado, não sentirá pesar em sua alma, pois ele alcançou o sentido da vida.

Segundo a Logoterapia, o ser humano pode descobrir o sentido da vida a partir de três meios: 1) criando um trabalho ou praticando um ato; 2) experimentando algo ou encontrando alguém; 3) e pela atitude que toma em relação ao sofrimento inevitável (FRANKL, 1987; DENSTONE, 2016). A primeira maneira está relacionada a encontrar sentido a partir da prática de uma profissão. Pra essa profissão fazer sentido para o indivíduo, a pessoa deverá exercê-la a partir das suas motivações

profundas, com dedicação e paixão. A segunda está ligada a experimentar algo: emoções e sensações como: amor, bondade, cumplicidade, experimentando a natureza e conhecendo outras culturas. Já a terceira refere-se às atitudes tomadas quando se depara a situações inevitáveis de sofrimento. Como por exemplo, pai e filho são sequestrados por bandidos. Os sequestradores dão a opção para que os dois sobrevivam, mas para isso, um deles deve ter amputado um braço e o antebraço sem direito a anestesia. O genitor para proteger o filho prefere passar pela tortura a ver o seu filho sofrer. A postura do pai em enfrentar a dor para poupar o filho é um exemplo de atitude na situação de sofrimento.

### **3.5 Logodrama**

O termo *Logodrama* pode ser definido como um teatro terapêutico, com o objetivo de fazer o indivíduo modificar a sua percepção de determinada situação. Essa técnica permite a pessoa vivenciar o passado e/ou futuro, colocando-a nessas situações para modificar o seu modo de pensar e agir. Isso produz intervenções para otimizar a vida encontrando sentido e propósito para ela.

33

Frankl (1987) exemplifica um caso que aconteceu na clínica. Uma mãe tinha dois filhos, o mais velho era aleijado, e o mais novo faleceu ainda criança, na idade de onze anos. A genitora desgostou da vida depois que o filho caçula morrera, e por isso procurou suicidar-se. Porém, o filho aleijado não a permitiu consumir tal fato, porque ele ainda gostava de viver. No meio do relato da mãe, Frankl intervém e a faz imaginar na idade de oitenta anos, no fim da vida, e olhando para o passado perguntou-a qual a sensação que está sentindo por ver tudo que vivenciou. Nesse instante, a mãe numa torrente de lágrimas verbaliza que perdeu um filho ainda

jovem, porém ainda tinha um filho que precisava dela, e mesmo em sofrimento, cuidou-o com dedicação maternal, e agora consegue visualizar que a sua vida teve sentido, a partir de uma nova perspectiva a mãe consegue perceber que a sua vida tem sentido, porque era o sonho dela ser mãe, e este sonho foi realizado. Com essa intervenção.

### **3.6 A Essência da Existência**

Frankl discorre sobre a essência da existência, em sentido semelhante ao exemplo descrito anteriormente, o indivíduo é autor e responsável pela sua existência. Assim, baseia-se na afirmação “Viva como se já estivesse vivendo pela segunda vez, e como se na primeira vez você tivesse agido tão errado como está prestes a agir agora.” (FRANKL, 1987, p.63). Essa imperativa leva o ser humano a sentir-se responsável pelas suas atitudes, o faz refletir sobre as suas condutas, comportamentos, conceitos e valores. Permite o homem viajar no tempo, imaginar-se na possibilidade de evitar a prática de uma conduta que se arrependeria trazendo vergonha.

De fato não é possível modificar o passado, no entanto, essa afirmativa é uma intervenção de grande poder terapêutico, pois permite o ser humano refletir sobre como serão os seus princípios, condutas e práticas no futuro, comportando-se diferente do que fizera no passado. Essa técnica pode despertar no indivíduo a decisão de se perdoar por algum ato que cometeu, pois agora tem a oportunidade de escrever uma nova história diferente do seu passado, pois a partir das experiências poderá dar um destino diferente. Essa oportunidade de se perdoar é uma importante ferramenta terapêutica no intuito de proporcionar uma saúde mental. Assim, essa técnica pode conduzir o indivíduo encontrar uma nova motivação e sentido na vida.

Pelo fato da logoterapia tornar o sujeito responsável por si mesmo, no que se refere aos princípios, valores, comportamentos e decisões, o logoterapeuta é o psicoterapeuta que se vê menos tentado a impor julgamentos de valores para seus pacientes, já que a logoterapia tem como finalidade “criar no paciente uma consciência plena de sua própria responsabilidade; por isso precisa deixar ele optar pelo *que*, perante o *que* ou *quem* ele se julga responsável.” (FRANKL, 1987, p. 63). Em outro trecho dessa mesma página, Frankl dá um exemplo de qual é o papel do logoterapeuta:

Em linguagem figurada, o papel do logoterapeuta é antes o de um oculista que de um pintor. O pintor procura transmitir-nos uma imagem do mundo como ele o vê; o oftalmologista procura capacitar-nos a enxergar o mundo como ele é na realidade. O papel do logoterapeuta consiste em ampliar e alargar o campo visual do paciente de modo que todo o espectro de sentido e potencial se torne consciente e visível para ele. (FRANKL, 1987, p. 63).

### **3.7 O Sentido do Amor**

O amor é a única forma profunda de conhecer o próximo no íntimo da sua alma. Não é um sentimento ou uma pulsão, antes, é uma decisão. Diferente do amor, a paixão é um sentimento que tem prazo de validade. Já o amor é decisão que se deve tomar constantemente, por isso ela é mais duradoura. Ter uma atitude amorosa é colocar-se no lugar do outro na sua fragilidade e fraqueza; e não apenas colocar-se no lugar dele, mas é oferecer-lhe ajuda. Essa atitude amorosa resulta na contribuição para a saúde mental tanto para aquele que oferece o amor, quanto para o que é amado, pois para aquele que ama encontra o sentido da sua vida e para o que é amado sente-se amado e seguro, pois sabe que não está sozinho.

### 3.8 O Super Sentido

Para Frankl (1987), o super sentido essencialmente ultrapassa a capacidade limitada do ser humano. O que se demanda da pessoa não é o que diversos filósofos existenciais enfatizam sobre suportar a ausência de sentido; e sim suportar o fato de que a existência tem um sentido incondicional. Denstone (2016) afirma que:

O supra-sentido pode ser bem exemplificado na fé religiosa, onde as pessoas confiam naquilo que não veem ou compreendem e esperam por um futuro do qual não tem provas que possa existir. Esse princípio, muitas vezes, impulsionam e dão forças às pessoas para superar as adversidades (Disponível em <http://www.angelfire.com/nf/fenomenologia/textos/frankltext2.html> acesso em: 14 de março de 2016).

35

Na mesma direção, Frankl (1987) exemplifica como despertar no paciente e fazê-lo enxergar o super sentido a partir da fé religiosa. Ele dá um exemplo do que aconteceu com ele no papel de terapeuta. Um mestre judeu o procurou porque perdeu a esposa e todos os seus seis filhos num campo de concentração. O seu desespero baseava-se no fato de não ter nenhum filho vivo para pronunciar o Kadosh (Oração pelos mortos) a ele após a sua morte.

Frankl utilizou como intervenção terapêutica interrogá-lo se ele não tinha esperança de encontrá-los outra vez no céu. Essa indagação ao rabi desencadeou uma torrente de lágrimas, e nesse momento surgiu o real motivo do desespero, pois segundo o pai, pelos filhos terem morrido sendo inocentes mártires, eles eram merecedores de um lugar melhor no céu; já o pai por ser um homem pecador, não receberia o mesmo destino deles. Ainda assim, Frankl insistiu e em mais uma

tentativa retrucou interrogando-o novamente dizendo que poderia ser essa a razão pela qual ele sobrevivera, isto é, a oportunidade que ele teria seria para purificar-se dos atos as quais ele mesmo considerava pecaminosos, a fim de tornar-se digno de ter o mesmo destino dos seus filhos, e assim encontrá-los no céu. A partir dessa intervenção de Frankl, esse pai sentiu-se aliviado do seu sofrimento pela primeira vez após a morte de seus filhos.

### **3.9 A Transitoriedade da Vida**

Segundo Frankl (1987), entre os temas que parecem tirar o sentido da vida, está a morte. A irrevogável certeza de que a morte chegará mais cedo ou mais tarde para todos os seres humanos, independente se o indivíduo está ou não preparado para enfrentá-la. No entanto, no objetivo de combater o desespero daqueles que se encontram nessa situação, Viktor Frankl (1987) ressalta que as potencialidades são os únicos aspectos verdadeiramente transitórios na vida, embora que no momento em que são realizadas, transformam-se em realidade, são recuperadas e entregues ao passado. Assim ficam protegidas da transitoriedade. Isso acontece porque no passado nada está irredutivelmente perdido, embora esteja inevitavelmente guardado. Por isso, a transitoriedade da existência humana de maneira alguma lhe tira o sentido.

No entanto, a transitoriedade imputa ao ser humano a sua responsabilidade. Pois o ser humano na constante autorreflexão deve planejar qual o legado que pretende deixar, tanto no seio familiar, quanto para a sociedade. Ao considerar a

transitoriedade primordial para a existência, a logoterapia não é pessimista, e sim otimista, pois em linguagem hipotética, o pessimista é como um indivíduo na velhice

que sente inveja daqueles que estão na juventude, porque estes ainda podem viver por muitos anos e desfrutar do bem que a vida pode lhe oferecer. Já o otimista percebe o seu estado de maneira diferente, porque na velhice, ele pode recordar que a sua vida houve momentos agradáveis que valeram a pena, e que a sua existência foi rica e cheia de sentido.

### **3.10 Técnicas Logoterápicas**

A logoterapia possui técnicas norteadoras no processo logoterápico. Elas são ferramentas essenciais para o terapeuta intervir auxiliando o paciente encontrar o sentido para a vida. A seguir estão descritas algumas técnicas que contribuem para a terapia logoterápica a fim do leitor visualizar e compreender como funciona a terapia logoterapêutica.

#### **3.10.1 Intenção Paradoxal**

A logoterapia baseia uma de suas técnicas *intenção paradoxal* no fato de que o medo é o responsável por produzir aquilo que o ser humano teme, e que a intenção excessiva impede a realização do objetivo (FRANKL, 1987). Como exemplo pode-se citar uma pessoa que tem fobia andar de avião, e ao encarar esse medo procurando minimizá-lo, obtém apenas fracasso. A intervenção terapêutica para esse caso não é dizer a si mesmo que não tem medo, ou desprezá-lo afirmando que o medo é pequeno, e sim apresentar atitude oposta: eu tenho fobia, ela existe e estou disposto a encontrar-me com ela. O próximo passo é ao entrar na aeronave para algum destino, dizer a si mesmo permitindo-se encontrar com o medo. Certamente o resultado será a diminuição da fobia a ponto de ser extinguida.

#### **3.10.2 Profilaxia de Neuroses Iatrogênicas**

O termo *profilaxia* é derivado do grego e significa precaução. Na medicina apresenta significa prevenção. Já o termo *iatrogênica* deriva-se do grego e significa

*de origem médica*. Então, a profilaxia de neuroses iatrogênicas é uma doença com complicações resultantes de um tratamento médico. Assim, no contexto psicológico, o termo tem como significado prevenção de neuroses causadas pelo psicoterapeuta.

Frankl (1991) afirma que uma patogênese causada pelo médico fundamenta-se basicamente em um mecanismo psíquico –ansiedade antecipatória- muito conhecido pelos psicoterapeutas. Essa ansiedade antecipatória é um verdadeiro

37

círculo vicioso: um determinado sintoma provoca medo, o medo intensifica o sintoma; e por fim, o sintoma é reforçado confirma mais ainda a fobia do paciente. Como intervenção terapêutica, Schultz realizou experimentos que serviram de suporte para a sua técnica terapêutica. Esses experimentos mostravam que apenas o direcionamento à atenção, ou seja, a auto-observação forçada é em si capaz de tornar conscientes as sensações latentes.

### **3.10.3 Neuroses de Angústia**

Para Frankl, as neuroses de angústia é uma das neuroses mais frequentes. Assim como as neuroses obsessivas, as neuroses de angústia “tem como base constitutiva uma forma especial de psicopatia. Então pode-se afirmar que as neuroses de angústia mais características tem por base uma certa constituição neuropática.” (FRANKL, 1991, p. 147). O próprio Viktor aponta para uma técnica para auxiliar os pacientes a superarem a neurose da angústia. Essa técnica constitui em orientar o paciente a desejar exatamente aquilo que ele teme. Frankl cita o caso de uma mulher que tinha agorafobia (medo de sair de casa por temer sofrer um ataque cardíaco) a dizer a si mesma com convicção que sairia hoje com o desejo de sofrer um ataque cardíaco. Essa paciente foi orientada a reforçar esse

comportamento quantas vezes fosse preciso para livrar-se por inteiro dessa fobia. Assim, ela agiu seguindo a recomendação do terapeuta e como resultado ficou livre do medo.

### **3.10.4 Sono e Distúrbios do Sono**

Esse tipo de distúrbio pode primeiramente ser provocado por um distúrbio do sono originado por estados de dor. No caso de uma pessoa que anseia profundamente pelo sono. Essa pessoa espera conscientemente pelo momento de adormecer. Se ela desejar adormecer e procurar perceber o momento da chegada do sono, certamente ela não conseguirá dormir. Isso é comparado à tentativa de agarrar um pássaro com a mão, provavelmente o animal voará e será impossível agarrá-lo. Assim, para a pessoa adormecer não deve concentrar-se em adormecer. Ela deve fechar os olhos e esperar naturalmente a chegada do sono (FRANKL, 1991). Acima foram apresentadas algumas técnicas logoterápicas que podem auxiliar no progresso da terapia, a fim de melhorar a saúde mental do paciente. É bem verdade, que não foram citadas todas as técnicas terapêuticas desenvolvidas

38

por Frankl e outros autores da logoterapia, pois o objetivo das técnicas apresentadas acima é nortear o leitor profissional da psicologia com algumas intervenções que podem ser utilizadas no ambiente terapêutico.

39

## **4. APROXIMAÇÃO ENTRE A INTELIGÊNCIA ESPIRITUAL E A LOGOTERAPIA**

### **4.1 Aproximação das Duas Teorias**

Nos capítulos anteriores discorreremos sobre as duas teorias, no que se refere

sobre a definição e características de cada uma delas. Percebe-se que através do estudo mais profundo, as duas teorias possuem semelhanças, sendo essa a justificativa para a produção desta obra. Os dois primeiros capítulos foram destinados a descrever as duas teorias, pois era necessário apresentar as especificidades de cada uma delas, a fim de preparar o leitor para compreender a proposta do trabalho que é a aproximação teórica da inteligência espiritual e a logoterapia para a compreensão da motivação humana. Então, agora depois de apresentar a definição das duas teorias, este capítulo destina-se a realizar a aproximação delas articulando-as entre si.

Para início é importante retomar o conceito da IE. Segundo Gardner (2001), a IE está relacionada às questões fundamentais e profundas da vida e seu significado, por exemplo: “Quem somos?” “De onde viemos?” “Por que existimos?” No mesmo sentido, Zohar e Marshall (2002) descrevem que o QS refere-se à inteligência em que o ser humano utiliza para abordar e solucionar os seus problemas de sentido e valor. O QS está ligado à necessidade humana de ter propósito e objetivo na vida. É ele que o indivíduo utiliza para desenvolver os valores éticos e morais, bem como as crenças que o norteiam durante a sua vida. O QS permite o indivíduo ser criativo e alterar regras. A IE também dá ao ser humano o livre arbítrio, e com isso, pode escolher o que fazer e como fazer. Ela é inata ao ser humano, é uma luz interna que ilumina e mostra o caminho a seguir norteando-o na busca de soluções adequadas para cada situação.

Assim como as outras inteligências, a IE pode ser aprimorada por quem a procurar. Se o indivíduo procurar percorrer com diligência os caminhos e utilizar os mecanismos adequados terá maior probabilidade de tornar-se espiritualmente inteligente. Além disso, quanto mais o indivíduo a praticar, mais aguçada essa

inteligência se tornará. Assim, a pessoa que estiver nesse cenário poderá abordar e solucionar os problemas de sentido e valor da sua vida, bem como será mais resiliente do que os indivíduos que estiverem com a IE pouco desenvolvida ou atrofiada.

Também é importante relembrar a segunda teoria, a logoterapia. Segundo Frankl (1987), é a terapia centrada no sentido da vida. Ela auxilia o indivíduo

40

encontrar propósito para sua existência. Para ele, a busca de sentido é a principal força motivadora na vida do ser humano. Assim, quando o indivíduo tem a consciência de que a sua existência tem sentido, ele pode suportar de forma mais resiliente as intempéries que encontrar.

Observa-se que os dois referenciais teóricos abordam o tema de sentido e valor, por isso é possível realizar a aproximação entre eles. Assim, de posse do conhecimento dessas teorias, pode-se afirmar que o QS pode auxiliar a Logoterapia no processo terapêutico. Devido às duas teorias abordarem o tema de sentido e valor, torna-se fundamental distinguir a definição de cada uma para o leitor não se perder na compreensão da leitura. Enquanto o QS é a habilidade que o ser humano utiliza para nortear qual caminho é mais rico e gerador de sentido; a Logoterapia é a terapia que auxilia o indivíduo na procura do sentido. Desse modo, pode-se afirmar que a inteligência espiritual é fundamental para o sucesso logoterapêutico, porque sem ela, o indivíduo não conseguirá abordar os problemas de sentido e valor.

Um exemplo que pode ilustrar bem o trabalho em conjunto da IE e a logoterapia é um caso que aconteceu com Frankl num grupo terapêutico. Uma mãe tinha dois filhos, o mais velho era aleijado, e o mais novo faleceu ainda criança, na

idade de onze anos. O centro do Eu da mãe fragmentou-se do ego (suas inquietações, estratégias de resiliência e o seu ofício mundano) quando o filho mais novo faleceu. Ela se revoltou contra o destino e tentou o suicídio, pois se viu sozinha no mundo com seu filho aleijado. No entanto, o suicídio não foi efetuado porque o alto QS do garoto o fazia amar viver. A IE do menino o fez selecionar e utilizar o caminho do cuidado (o mais eficaz para essa situação), isto é, através do amor, o filho impediu a mãe de suicidar-se. No meio do relato da mãe, Frankl intervém convidando-a a imaginar-se na idade de oitenta anos, no leito de morte. Ele a perguntou o que diria a si mesma sobre a sua vida. Nesse instante, a mãe numa torrente de lágrimas responde que sempre desejou ter filhos e esse desejo foi concedido, pois teve dois. A sua vida foi cheia de sentido porque realizou o sonho de ser mãe e mesmo em sofrimento por ver um dos seus filhos falecer cuidou com carinho do filho aleijado fazendo o melhor que pode por ele.

Com essa intervenção, Frankl conduziu o centro do Eu da mãe a reorganizar-se como num quebra-cabeça e a curar-se com o QS, ou seja, o encontro do centro do eu com o ego externo, promoveu o diálogo entre eles. O vínculo afinado deles resultou na redescoberta do sentido em sua profundidade. Essa redescoberta foi o

41

*insight* na mãe, isto é, ela obteve uma nova perspectiva para a circunstância desesperadora, pois percebeu que ainda havia sentido para sua vida. Ela inconscientemente utilizou dois caminhos da IE para superar o sofrimento: 1) o do cuidado e carinho, e 2) da fraternidade. No caminho do cuidado e carinho a mãe percebeu a necessidade materna de cuidar do filho aleijado dando o melhor de si para o garoto viver bem. Já no caminho da fraternidade, a mãe apropriou-se da

capacidade de produzir forças em meio à circunstância cruel (a morte do outro filho).

Na visão logoterápica, a mãe entrou no vazio existencial quando se viu sozinha no mundo com o seu filho aleijado depois que o mais novo faleceu. Frankl interviu despertando a IE da mãe a norteá-la na busca de soluções adequadas para superar o vazio. Essa busca de superação na logoterapia tem como ponto de partida a noodinâmica, ou seja, a tensão interna do estado que a mãe se encontra (luto pela morte de um filho e o desespero por não ter ninguém por ela) e uma perspectiva de superação da ausência do filho e o desamparo de sentir-se sozinha. Além disso, o fato de Frankl conduzi-la a imaginar-se no leito de morte, a fez perceber que a sua vida era rica em sentido porque o seu sonho de ser mãe foi realizado. O terapeuta suscitou o QS da mãe a utilizar a noodinâmica para fazê-la sair da situação desoladora com o objetivo de encontrar um sentido no sofrimento o que a fez vencer o vazio existencial. Embora a mãe se encontrasse no sofrimento, o QS colocou as suas experiências num contexto mais amplo e gerador de sentido, isto é, a vida do filho aleijado era a motivação profunda para ela continuar a viver, pois era o desejo dela ser mãe.

Para Frankl (1987), o ser humano pode descobrir o sentido da vida a partir de três alternativas: 1) criando um trabalho ou praticando um ato. Assim, quando um indivíduo executa determinado trabalho a partir das suas próprias motivações encontra o sentido da vida. Na ótica do QS a pessoa poderá baseada nas motivações mais profundas colocar as suas experiências num contexto mais rico e gerador de sentido. Essa alternativa assemelha-se muito ao caminho do dever proposto por Zohar e Marshall (2002), pois o dever tem por essência cooperar e contribuir para o bem do próximo, e se praticado com as motivações mais profundas do seu Eu, a sua vida será cheia de sentido.

A segunda alternativa de Frankl é experimentar algo ou encontrar alguém, ou seja, experimentar o amor e a bondade para com o outro; além disso, outra ramificação da segunda alternativa é entrar em contato com a natureza. Essa

42

alternativa de Frankl se aproxima com três caminhos da IE: 1) do cuidado/carinho, no que se refere a experimentar o amor com o outro, 2) da fraternidade no tocante à bondade ao próximo e 3) o conhecimento, no sentido de adquirir conhecimento para suprir a vontade de conhecer e dominar determinada ciência.

A terceira alternativa é a atitude que tomamos em relação ao sofrimento inevitável. Essa alternativa é baseada no próprio conceito *sentido do sofrimento* desenvolvido por Frankl, se o sofrimento é inevitável, o desafio é transformar-se, isto é, tomar um atitude para modificar o próprio comportamento e as perspectivas sobre a circunstância. Esse entendimento do autor acima é equivalente ao que Zohar e Marshall descreveram sobre o conjunto de etapas para se tornar espiritualmente inteligente: Sentir fortemente o desejo de mudança, ou seja, empenhar-se verdadeiramente na tarefa a que se propôs; além de identificar e eliminar os obstáculos que impedem o exercício pleno da atividade.

Outro item de semelhança entre a inteligência espiritual e a logoterapia são as três categorias descritas por Gardner (2001). A primeira é a preocupação cósmica/existencial. Ela se refere às perguntas: “quem somos?” “Por que existimos?” “Qual o sentido da vida e da morte?” Essa categoria de Gardner assemelha-se à Logoterapia porque a terapia também conduz o indivíduo a utilizar esses questionamentos na busca do sentido da sua vida. Essas indagações levam o indivíduo a um profundo grau de reflexão sobre a sua existência, e a busca das

respostas pode produzir o sentido da vida.

A segunda categoria está relacionada à conquista de um estado. É a habilidade de entrar em meditação/transe, ou atingir um estado de espiritualidade. Essa conquista de um estado pode contribuir diretamente com a primeira categoria. Ou seja, o estado de meditação pode colaborar para o sujeito refletir sobre as questões existenciais do sentido da vida, que são a base da logoterapia. E por fim, a terceira categoria, o espiritual enquanto efeito nos outros. Ela corresponde à segunda forma da logoterapia que é descobrir o sentido da vida experimentando algo, pois experimenta a sensação de sentir-se útil. Ela também condiz com o sexto caminho descrito por Zohar, liderança servidora. Essa se refere aos indivíduos que lideram um grupo, conduzindo-o fazendo o melhor por ele sem ser egoísta e autoritário.

Citam-se grandes exemplos de liderança servidora e o espiritual enquanto efeito nos outros: Jesus, Confúcio, Buda, João Paulo II. Esses célebres homens

43

souberam liderar e conduzir os seus discípulos de tal maneira que os liderados confiavam nos seus líderes seguindo e colocando em prática os seus exemplos e ensinamentos. Isso produzia nos líderes a sensação de missão cumprida, e por sentir isso, automaticamente sentiam-se úteis, pois percebiam que possuíam habilidades, isso contribuía para a autoestima, além das pessoas notarem que eles procuram fazer o melhor de si, isso reforçava a autoestima deles. Dessa forma, podemos conjecturar que a vida destes líderes religiosos foi cheia de sentido, porque eles utilizavam a inteligência espiritual para colocar as suas experiências num contexto mais amplo e gerador de sentido, através de um ou todos os seis

caminhos para se tornar espiritualmente inteligente.

## **4.2 Espiritualidade e Religião**

Para enriquecer a leitura do trabalho, é importante discorrer sobre a espiritualidade e a religião, já que elas podem contribuir diretamente para a busca de sentido da vida e também às motivações mais profundas de um indivíduo. Os termos espiritualidade e religião são frequentemente confundidos um com o outro por muitas pessoas. Embora possam se complementar, elas possuem particularidades que as tornam diferentes. A espiritualidade é toda atitude e atividade que proporciona a expansão da vida, é a maneira como o indivíduo se orienta para o Divino, é o reconhecimento da presença do Espírito dentro de si, e o dedicar-se a um estilo de vida coerente com aquela presença (BOFF, 2007; HOPKINS, 1995;). “A espiritualidade fornece uma perspectiva a partir da qual elaboramos a finalidade, o significado e a direção da vida. A espiritualidade pode se expressar através da religião” (HOPKINS, 1995, p.4).

Leonardo Boff, por sua vez conceitua a espiritualidade da seguinte maneira:

A espiritualidade é aquela atitude pela qual o ser humano se sente ligado ao todo, percebe o fio condutor que liga e religa todas as coisas para formarem um cosmos. Essa experiência permite ao ser humano dar um nome a esse fio condutor, dialogar e entrar em comunhão com ele, pois o detecta em cada detalhe real. Chamo-o por mil nomes, Fonte Originária de todas as coisas, Mistério do Mundo ou simplesmente Deus (BOFF, 2000, p.129). Outra definição que Boff dá a espiritualidade é a atitude que coloca a vida no

centro. Essa atitude defende e promove a vida contra todos os mecanismos da morte. Se o espírito é relação e vida, então o oposto é a morte e tudo associado a ela. Nutrir a espiritualidade significa cuidar do interior onde todas as coisas podem ser reunidas (BOFF, 1995). “A espiritualidade é o que fazemos com nossos desejos, tanto nossa maneira de lidar com a dor, quanto a esperança que nossos anseios nos

trazem” (ROLHEISER, 1999, p. 3), e ainda segundo esse último autor, a espiritualidade diz respeito como o ser humano lida com a sua inquietude.

Já a religião “é um sistema de crenças, valores, regras de conduta, e rituais. É a maneira pela qual a espiritualidade de uma pessoa se exprime”. A religião deve fornecer um ambiente para o desenvolvimento da espiritualidade (HOPKINS, 1995, p.4). De acordo com Usarski, a religião possui quatro elementos: o primeiro se constitui sistemas, simbólicos com as suas qualidades próprias. O segundo, do ponto de vista de um indivíduo religioso, a religião caracteriza-se como a afirmação de que existe algo transcendental, mais poderoso do que a força humana. O terceiro afirma que as religiões são formadas de várias dimensões: na dimensão da fé, da institucional, da ritualista, da experiência religiosa e na dimensão ética. O quarto e último, as religiões desempenham funções individuais e sociais. Elas dão sentido à vida, alimentam esperanças futuras às vezes utópicas. Sentido esse que algumas vezes ultrapassa a vida terrena. Além disso, as religiões podem exercer papéis políticos no sentido de estabelecer, legitimar um governo. E por fim, as religiões exercem função social no que se refere a reunir indivíduos com os mesmos princípios e objetivos como, por exemplo, as comunidades religiosas, igrejas, paróquias, etc (USARSKI, 2002).

A partir dos conceitos apresentados acima, percebe-se que a espiritualidade e a religião mesmo tendo conceituações diferentes podem trabalhar em conjunto contribuindo uma à outra. Isso pode acontecer da seguinte forma: Visto que a espiritualidade é a forma como o indivíduo se orienta para o Divino, além do reconhecimento do Espírito dentro de si, o dedicar-se a um estilo de vida ligado Àquela presença, a religião pode entrar em cena perfeitamente nesse contexto, pois

seja ela qual for, apresentará Deus, Ser Supremo, ou outros nomes.

Nesse contexto, torna-se oportuno retomar os escritos do primeiro capítulo sobre a IE porque ela junto com a espiritualidade, a religião e a logoterapia podem contribuir para a busca de sentido da vida. Segundo Zohar e Marshal (2002), o indivíduo espiritualmente inteligente não significa ser religioso, ou seja, a IE não depende exclusivamente da religião para desempenhar o seu papel. No entanto, a religião pode contribuir para a IE no sentido de aperfeiçoar as habilidades do indivíduo em colocar as suas experiências num contexto mais amplo e gerador de sentido.

45

Além disso, tanto a espiritualidade, quanto a religião podem contribuir para os indivíduos nutrirem sonhos. Os sonhos e fantasias por sua vez são essenciais para o ser humano ter sentido na vida. Um exemplo disso é o Cristianismo ser um dos maiores movimentos utópicos de todos os tempos, pois ele apresenta o conceito de mundo ideal (paraíso). Segundo a tradição cristã, nesse paraíso não haverá os acontecimentos indesejáveis que afligem o mundo, como morte, acidente, fome, doenças, maldade, egoísmo e outros. Esse nutrir utopias colabora para o indivíduo encontrar um sentido para a vida.

Pertence ao mundo espiritual a firme esperança de que a vida não se finda na morte, pelo contrário, perpassa ela. A espiritualidade possui uma força autocuradora; não se refere a nenhuma magia ou esoterismo, trata de potencializar as próprias energias fundamentais pertencentes à dimensão espiritual assim como a inteligência intelectual, a libido, o afeto, poder e outras características do ser humano. São características da espiritualidade e tem um importante valor

terapêutico: amar a vida, abrir-se ao demais, estabelecer laços afetivos, fraternais e de solidariedade, ter a capacidade de perdoar, ser misericordioso e não compactuar-se com as injustiças do mundo. A espiritualidade reforça na pessoa a confiança nas energias regeneradoras da vida, na confiança do cuidado diligente de um enfermeiro e na competência de um médico. A confiança tem um valor terapêutico na condução normal da vida. Confiar consiste em afirmar que a vida tem sentido e vale a pena lutar por ela (BOFF 2007, *apud* BOFF 2013).

Por fim, percebe-se que a inteligência espiritual, a logoterapia, a espiritualidade e a religião podem trabalhar em conjunto com o mesmo objetivo de tornar a vida do ser humano mais rica e cheia de sentido. A inteligência espiritual e a espiritualidade se assemelham bastante no que se refere às definições de cada uma. Nesse ponto o leitor pode confundir as duas, porque elas são semelhantes. A espiritualidade oferece uma perspectiva a partir da qual elaboramos o significado e a direção da vida. A IE coloca as experiências num contexto mais rico e gerador de sentido. Assim, elas podem contribuir muito para a vida humana. A logoterapia por sua vez conduzirá o indivíduo na busca pelo sentido, função essa também da própria espiritualidade, além desta e a religião contribuirão para o indivíduo ter utopias. Por isso que as quatro abordagens acima descritas podem cooperar para o bem emocional do ser humano.

46

## **5. CONSIDERAÇÕES FINAIS**

A busca de sentido é a principal motivação para a vida humana. O sentido é essencial, porque o ser humano é um ser espiritual. Por isso sempre procuraremos significado para a nossa existência. Nos perguntaremos sobre as questões

existenciais, acerca da vida, da morte e o sentido de determinados acontecimentos. Além disso, nos questionaremos se aceitamos permanecer em certas circunstâncias.

Percebe-se que o Quociente Espiritual é fundamental para o ser humano ser racional e procurar sentido para a vida, pois sem ela não consegue-se abordar os problemas de sentido e valor. Zohar e Marshall (2002) não criaram a inteligência espiritual, porque ela foi desenvolvida simultaneamente com a raça humana. Isso se confirma nos escritos deles quando afirmam que a IE é inata ao ser humano. Eles a descreveram sistematicamente apresentando as suas características e como aprimorá-la.

O fato do QS ser inato ao ser humano, nos autoriza a afirmar que a Logoterapia utilizava-o no processo terapêutico antes mesmo dele ser descoberto e evidenciado. Isso acontecia referindo-se à prática de utilizar a habilidade humana de colocar as experiências num contexto mais rico e gerador de sentido.

Observa-se que a Inteligência Espiritual e a Logoterapia estão relacionadas às questões do sentido da vida evidenciando a primeira semelhança entre elas. Essa semelhança central firmou-se como a base que estruturou a pesquisa desta obra. Através dela, foi possível propor a aproximação teórica dos dois referenciais. Surgiu a demanda de estudar como se desenvolveria o diálogo entre eles. Para isso, pesquisou-se as características de cada uma separadamente no objetivo de confirmar se havia semelhanças. Como resultado da pesquisa, encontrou-se as afinidades entre os referenciais.

A primeira semelhança é o sentido da vida. As outras afinidades referem-se às técnicas particulares de cada uma. A I.E. pode contribuir para a vida humana através dos 6 caminhos propostos por Zohar e Marshall (2002) apresentaram 6 caminhos e 7 etapas para ser inteligente espiritualmente. Esses caminhos e etapas

podem contribuir significativamente para encontrar o sentido da vida humana. Além da I.E., a Logoterapia também apresenta técnicas que são subsídios importantes para superar os problemas de sentido na vida.

Vale ressaltar que a espiritualidade também está relacionada às questões fundamentais da vida, pois ela é toda atitude que proporciona a expansão da vida.

47

Diz respeito como o ser humano lida com a sua inquietude. Por isso a espiritualidade foi introduzida nesse estudo, a fim de mostrar outras variáveis importantes que podem contribuir nas questões existenciais. Na mesma direção, a religião em diálogo com a espiritualidade pode auxiliar o indivíduo nas questões existenciais da vida, contribuindo para a busca de sentido, pois tanto a religião quanto a espiritualidade podem nutrir utopias, por exemplo, o paraíso, como conceito de mundo ideal.

Devido a espiritualidade ser a busca de sentido para a vida, então pode-se afirmar que ela é essencial para a vida humana. Assim, diversos teóricos consagrados da psicologia, Wundit, Frankl, Jung, Carl Rogers e outros estudaram o diálogo entre a psicologia, a religião e a espiritualidade a fim de contribuir para a saúde mental do ser humano. Pois eles perceberam que a religião e a espiritualidade podem contribuir no processo psicoterapêutico na busca de respostas para as questões existenciais.

Já que a logoterapia conduz o indivíduo para a busca de sentido; espiritualidade oferece uma perspectiva a partir da qual elaboramos o significado e a direção da vida; a inteligência espiritual coloca as experiências num contexto mais rico e gerador de sentido; e a religião contribuir para os indivíduos terem utopias,

percebe-se que todas elas podem trabalhar em conjunto com o mesmo objetivo de tornar a vida do ser humano mais rica e cheia de sentido.

48

**6. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS** BOFF, Leonardo. **Ecology and Liberation: A new paradigm.** Tradução: Wayne

Francis Mathews. New York. Orbis, 1995.

BOFF, Leonardo. **Ethos Mundial: Um consenso mínimo entre os humanos.**

Brasília. Letraviva, 2000, página 129.

CASALDÁGLIA, Dom Pedro. **Nossa Espiritualidade.** 3aed. São Paulo. Paulus, 2003.

DESTONE, <http://www.angelfire.com/nf/fenomenologia/textos/frankltext2.html> acesso em: 14 de março2016.

FRANKL, Viktor Emil. **Em busca de sentido: um psicólogo no campo de concentração.** Tradução de Walter O. Schlupp e Carlos C. Aveline. Porto Alegre, Sulina, 1987; São Leopoldo, Sinodal, 1987.

FRANKL, Viktor Emil. **Psicoterapia e sentido da vida.** Tradução A. M. Castro. São Paulo, ed. Quadrante, 2003.

FRANKL, Viktor Emil. **A Psicoterapia na Prática.** Tradução Cláudia M. Caon. Editora Papyrus, Campinas-SP, 1991.

GARDNER, Howard. **Inteligência: Um conceito reformulado.** Adalgisa Campos da Silva, tradução. Editora Objetiva, Rio de Janeiro, 2001.

GOLEMAN, Daniel. **Inteligência Emocional: Uma teoria revolucionária que redefine o que é ser inteligente.** Editora Objetiva, Rio de Janeiro, 1996.

HOPKINS, Eliane et ali. **Working with groups on spiritual themes: Structured exercises in healing.** Tradução: Wayne Francis Mathews. Duluth, MN: Whole Persons Associates, 1995, página 4.

MOREIRA, Neir; Holanda, Adriano. **Logoterapia e o sentido do sofrimento: convergências nas dimensões espiritual e religiosa.** Psico- USF, v. 15, n.3, p. 345-356, set./ dez. 2010.

49

PEREIRA, Ivo Studart. **A vontade de sentido na obra de Viktor Frankl.** Psicologia USP, Brasil, v.18, n.1, p.125-136, mar. 2007.

**Revista Espaço Acadêmico** – Ano II – No 17 – Outubro/2002 – Mensal – ISSN 1519.6186, versão online <http://www.espacoacademico.com.br/017/17cusarski.htm> acessado em 20/05/2016.

ROLHEISER, R. **The holy longing: The search for a Christian spirituality.** Tradução: Wayne Francis Mathews. New York: Doubleday, 1999, páginas 3-7.

ZOHAR, Danah; Marshall, Ian. **QS: Inteligência Espiritual.** Tradução: Ruy Jungmann. 2a ed, Rio de Janeiro. Ed. Record, 2002.

<http://www.gramatica.net.br/origem-das-palavras/etimologia-de-terapia/> acessado em 01 de março de 2016.

<http://www.angelfire.com/nf/fenomenologia/textos/frankltext2.html> acessado em 10 de março de 2016

<http://www.significados.com.br/iatrogenia/> acessado em 15 de março de 2016.

<http://www.significados.com.br/profilaxia/> acessado em 15 de março de 2016.

<https://leonardoboff.wordpress.com/2013/11/16/a-importancia-da-espiritualidade-para-a-saude/> acessado em 20 de maio de 2016.

<http://www.espacoacademico.com.br/017/17cusarski.htm> por Frank Usarski, acessado em 20 de maio de 2016.