



Oração e Saúde: questões para a Teologia e para a Psicologia da Religião¹

Prayer and Health: issues for theology and psychology of religion

Mary Rute Gomes Esperandio *

Kevin Lee Ladd **

Resumo

A pesquisa quantitativa tem sido predominante nos estudos sobre oração. A partir de uma abordagem qualitativa baseada na análise de conteúdo, este estudo examina as relações entre oração e saúde. Os dados são provenientes de 104 vídeos com entrevistas gravadas com participantes de igrejas Católicas, Protestantes e Pentecostais. A análise levantou quatro categorias descritivas do uso da oração: 1. Como estratégia de *coping* (enfrentamento) (62,5%); 2. Para manter viva a espiritualidade (15,3%); 3. Como técnica de empoderamento mútuo (8,6%); 4. Como *ponto de mudança* no processo existencial (13,4%). Correspondem a estas categorias, respectivamente, os tipos de oração: 1. Petição, Lamentação; 2. Descanso, Sacramental, 3. Intercessão; 4. Conversão, Chamado; Movimento do Espírito. De acordo com a literatura corrente, a oração proporciona formas de conexão orientadas “para dentro/si mesmo”; “para cima/divino” e “para fora/outro”. Os resultados sugerem uma modalidade de conexão ainda não estudada: a conectividade *epifânica* – que se origina no sagrado, vem ao encontro do humano, e marca um ponto de mudança no processo existencial. Os achados indicam estreita relação entre oração e saúde mental e espiritual, como diminuição da ansiedade, direção e propósito na vida, e apontam a importância de maiores estudos na interface entre teologia e psicologia da religião.

Palavras-chave: Oração. *Coping* religioso espiritual. Saúde mental e espiritual. Psicologia da religião. Subjetividade.

Abstract

Quantitative research has been prevalent in the studies on prayer. Using a qualitative approach based on content analysis, this study examines the relationship between prayer and health. Data come from 104 recorded interviews of participants from Catholic, Protestant and Pentecostal traditions. The analysis found four categories that describe the use of prayer: 1. Prayer as a religious coping strategy (62,5%); 2. Prayer as a discipline to keep spirituality alive (15,3%); 3. Prayer as a technique of mutual empowerment (8,6%); 4. Prayer as a turning point in the existential process (13,4%). The types of prayer corresponding to these categories are: 1. Petitionary and Lamentation; 2. Rest and Sacramental; 3. Intercessory prayer; 4. Conversion; Calling; Movement of the Spirit. According to the current literature, prayer provides inward, outward and upward connectivity. The results indicate an additional connectivity not yet studied: the *Epiphanic* connectivity, which comes from sacred to human and marks a turning point in the existential process. The outcomes suggest a close relationship between prayer and spiritual and mental health by decreasing anxiety, making meaning and purpose in life, and point out the relevance and need for further studies on the interface between theology and psychology of religion.

Key words: Prayer. Spiritual religious coping. Mental and spiritual health. Psychology of religion. Subjectivity.

Artigo recebido em 13 de maio de 2013 aprovado em 18 de junho de 2013

¹ Pesquisa desenvolvida em Estágio Pós-Doutoral pela primeira autora na Universidade de Indiana, em South Bend, Estados Unidos, no Departamento de Psicologia da Religião, em conjunto com o segundo autor. Agradecimentos à CAPES pela Bolsa concedida. Proc. nº. 10484-12-4. Agradecimentos do segundo autor à John Templeton Foundation, Proc. # 12282. As opiniões expressas nessa publicação são dos autores e não necessariamente refletem a visão da John Templeton Foundation e/ou mesmo da CAPES.

* Doutora em Teologia (EST,2006) Professora adjunta da Pontifícia Universidade Católica do Paraná (PUCPR). País de origem: Brasil. E-mail: mresperandio@gmail.com

** Doutor em Psicologia Social / Experimental da Universidade de Denver (IUSB,2000) Professor de Psicologia da Religião na Universidade de Indiana. País de origem: USA. E-mail: kladd@iusb.edu

Introdução

“A oração sempre funciona!”. Assim afirma a maioria das pessoas entrevistadas no presente estudo. Qual o sentido – e implicações – dessa afirmativa? O que esse tipo de declaração de fé pode dizer para o/a pesquisador/a da área da psicologia da religião e da teologia? Como lidar com esse tipo de afirmação no material coletado? Tomar a crença de que a oração “sempre funciona” como sendo simplesmente uma perspectiva (ingênua) do crente – porque desprovida de uma base científica – é querer impor, de forma autoritária e com consequências importantes à investigação, uma visão particular e talvez pré-concebida do que vem a ser oração. Entre as várias possibilidades de tratamento desse tipo de declaração – variando entre a superestimação e desvalorização da mesma – parece-nos relevante procurar entender a oração tal como interpretada pelos próprios sujeitos e a relação da mesma com a saúde.

Assim, este estudo analisa o tema a partir do discurso dos participantes de igrejas católicas, protestantes e pentecostais, na perspectiva da teologia e psicologia da religião, e está estruturado em duas seções. Na primeira, é apresentada a fundamentação teórica que o sustenta, explicita as noções de oração e saúde, e contextualiza este estudo entre as pesquisas atuais. A segunda seção apresenta os resultados dessa investigação. Conclui-se com apontamentos sobre as possíveis implicações para a teologia, para a psicologia da religião e para as investigações futuras.

1 Ponto de Partida Teórico: as noções de oração e de saúde, e as questões relativas à pesquisa sobre esse tema

1.1 Breves considerações sobre a noção de oração

A oração é um fenômeno central – a essência ou a alma – da religião. Tal declaração é repetida por vários autores, entre eles, o sociólogo francês, Marcel

Mauss (1909, p. 21) e o psicólogo da religião, William James (1902, p. 447). Heiler, um teólogo alemão bastante citado nos estudos sobre oração, declara:

não existe nenhuma dúvida de que a oração é o coração e o centro de toda religião. Não em dogmas e instituições, nem em ritos e ideais éticos, mas na oração podemos alcançar a qualidade peculiar da vida religiosa. Nas palavras de uma oração nós podemos penetrar nos movimentos mais profundos e mais íntimos da alma religiosa (HEILER, 1932, p. xv).

Este mesmo teólogo cita Novalis, o poeta do romantismo: “A oração é para a religião o que o pensamento é para a filosofia. A oração é a religião em formação. O senso religioso ora, assim como o mecanismo do pensamento pensa” (apud HEILER, 1932. p. xiii). Tal observação não pode passar despercebida, pois, se Novalis tem razão em que o ato de orar é a própria religião em processo de fabricação, sem dúvida isso tem implicações não apenas sobre o modo como se compreende oração, mas também sobre o modo como se faz pesquisa sobre esse tema, já que a maioria é de base quantitativa e do tipo *cross-sectional*².

Marcel Mauss também aponta o caráter mutante da oração ao afirmar que

algumas vezes o mesmo tipo de oração passa sucessivamente por todas as vicissitudes: quase vazia no começo, a mesma espécie de oração se torna de repente plena de significado, enquanto outras são inicialmente sublimes e gradualmente se deterioram em uma reza mecânica (MAUSS, 1909, p. 21).

Para Mauss é justamente esse aspecto de variação incessante que faz o fenômeno interessante para o estudo: “a mesma instituição pode preencher as mais diversas funções, a mesma realidade pode assumir múltiplas formas e ainda assim permanecer imutável em sua natureza” (MAUSS, 1909, p. 21).

² A pesquisa *cross-sectional* se caracteriza pela coleta de dados em diferentes grupos de pessoas ou populações em um único ponto no tempo. Permite levantar uma série de “variáveis” ao mesmo tempo (como: religião, sexo, idade, raça, etc) e também a prevalência de algum dado específico ou característica em determinada população. O problema não está no método em si, mas nos pressupostos que embasam a escolha do método e na forma como os dados via de regra são interpretados. Nos Estados Unidos – onde se encontra a maioria dos estudos empíricos sobre oração – predomina este método de pesquisa com uma base teórica pouco desenvolvida, como tem sido observado nos estudos de revisão de literatura.

No contexto atual, onde os estudos se veem às voltas com as noções pouco claras sobre espiritualidade e religiosidade, uma questão que se levanta é se a oração seria uma prática religiosa ou espiritual. De acordo com Ladd e Spilka (2013, p. 293),

a oração é um fenômeno religioso em razão de estar profundamente enraizada nas instituições formais de fé. É também uma disciplina espiritual por conta de sua orientação teística, indicando, por definição, que os praticantes adentram em um relacionamento que consideram sagrado.

As contribuições de Ladd e Spilka (2006; 2013) enfatizam a noção de oração como conectividade. Os autores mostram que os diversos tipos de oração caracterizam as seguintes formas de conectividade: *upward* – orientada “para o alto”, ou “para cima”, simbolizando a conexão com o divino; *inward* – orientada para dentro, ou para si mesmo; *outward* – orientada para fora, ou para o outro. Ao abrigo dessas três modalidades, oito tipos de oração podem ser identificadas (SPILKA e LADD, 2013, p. 59):

1. Exame – envolve o auto exame e a confissão,
2. Lamentação – estão presentes os elementos de agonia, tristeza e luto,
3. Petição – pedidos por necessidades físicas e materiais,
4. Radical – oração como forma de argumentação com Deus, insistência, reclamação ousada,
5. Descanso – quietude, calma, humildade diante da presença do divino,
6. Sofrimento (Empatia) – identificação com a angústia dos outros,
7. Intercessão – interceder em oração em favor de outros,
8. Sacramental (Tradições Sagradas) – valorização dos ritos e rituais sagrados.

O ponto de partida da pesquisa aqui apresentada entende a oração como referida a um comportamento voltado à busca de conexão tanto com o que o sujeito considera sagrado, quanto consigo mesmo e com o outro. A oração tem ainda um caráter dinâmico e multidimensional em expressão, motivação e cognição.

1.2 As pesquisas sobre oração

Em recente revisão de literatura empírica sobre oração, Ladd e Spilka (2013, p. 295) apontam uma considerável mudança no volume de pesquisas. Os autores

observam que antes de 1960 haviam poucas publicações em cada ano. Contudo, entre o período de 2000 a 2009, foram encontrados 885 do total de 1.362 trabalhos, representando 65% do volume publicado desde 1960. A busca foi restrita a artigos com avaliação por pares e em língua inglesa. Entre os estudos apresentados reconhece-se uma grande variedade de temas, tais como: pesquisas sobre oração intercessória; sobre oração e *coping* (enfrentamento) religioso espiritual; sobre a oração em diferentes fases da vida; oração e personalidade; oração e neurociência; oração e relacionamentos. Sem dúvida, as pesquisas sobre oração estão em ascensão cada vez maior nos Estados Unidos, sendo na maioria, de caráter quantitativo. Tal otimismo, entretanto, é matéria de crítica por alguns. Sloan (2006) por exemplo, chega a afirmar que estudos sobre oração intercessória não se justificam.

A revisão de literatura sobre oração e saúde feita por Masters e Spielmans (2007) revela que “embora muitas pessoas pratiquem a oração e acreditem que isto afeta sua saúde, a evidência científica de tal crença é limitada” (Masters e Spielmans, 2007, p. 329). Em uma meta-análise, os autores examinam os estudos sobre os efeitos da oração intercessória à distância e concluem que não há efeitos palpáveis. Uma observação feita pelos autores diz respeito à análise das investigações sobre o uso da “oração como intervenção médica complementar e alternativa”. Os autores mencionam que em 1993 um estudo nacional revelou que a despeito da ausência de evidência científica no uso de “práticas médicas não convencionais”, os americanos buscam muito mais essas práticas do que os serviços de saúde primária, e que gastam muito mais nessas terapias do que em serviços hospitalares. Além disso, 62% dos americanos admitiram usar algum tipo de medicina alternativa e a oração figura como uma das 10 alternativas de tratamento mais frequentemente utilizadas nos Estados Unidos. Em função desses estudos, foi designada uma instância para estudar as práticas médicas não convencionais, sendo criado em 1992, o Centro Nacional para Medicina Complementar e Alternativa (MASTER e SPIELMANS, 2007, p. 329). Com base nesses dados, os autores levantam a questão se a oração não poderia ser

conceitualizada como uma intervenção médica alternativa e respondem que “de uma certa perspectiva, oração claramente se encaixa sob esse guarda-chuva” (MASTER e SPIELMANS, 2007, p. 330). Os autores argumentam que a oração não faz parte do treinamento médico convencional, mas é largamente utilizada como intervenção em saúde (algumas vezes com exclusão de outros tratamentos) por ser consistente com o sistema filosófico dos seus usuários. Assim, “parece que a oração cai no domínio dos tratamentos médicos alternativos/complementares, sendo por isso, digno de estudo” (MASTER e SPIELMANS, 2007, p. 330).

Surpreende na análise dos autores referidos, a necessidade de conceitualizar a oração na perspectiva dos tratamentos médicos não convencionais quando sequer refletem sobre um conceito de oração e mesmo de saúde. Felizmente os autores observam a necessidade de que as pesquisas futuras contribuam com uma reflexão teórica embasando os estudos empíricos (MASTER e SPIELMANS, 2007, p. 335).

Na análise de Ladd e Spilka a respeito das pesquisas sobre oração intercessória e saúde das pesquisas sobre oração e meditação, os autores observam que além de tais estudos confundirem medidas psicológicas e teológicas

da perspectiva do praticante, oração é uma disciplina espiritual com um objetivo espiritual. [...] Pensar na oração exclusivamente como uma ação humana tem produzido estudos que perderam o ponto elucidado através das tradições de fé: orações expressam condições humanas, mas os praticantes creem que os resultados são determinados em um domínio não físico (LADD e SPILKA 2013, p. 299).

No Brasil, são poucos os estudos sobre oração. Na área da Teologia destacam-se alguns trabalhos de mestrado e doutorado sobre oração e liturgia – especialmente as análises das orações eucarísticas (LIMA, 2000; KLEIN, 2004; COSTA, 2008; SILVA, 2008; MORAES, 2009; PINTO, 2011). A revista *Religião e Sociedade* preparou, em 2009, um volume especialmente voltado ao tema da oração, comemorando os cem anos do sociólogo Marcel Mauss e seu estudo inacabado sobre a prece. Nesse volume (29 n.º. 2) são publicados sete estudos sobre o tema fazendo referência, em algum grau, à obra de Mauss. Um trabalho

específico sobre a oração do tipo Petição vem da Psicologia, onde o autor apresenta um estudo de caso sobre os efeitos da oração de petição não atendida (CAMPANINI, 2011). Existem vários trabalhos em que a oração figura como um dos achados da investigação, sendo esta utilizada como uma estratégia de *coping* (enfrentamento) em situações diversas de sofrimento: desde o parto entre ciganas, enfrentamento do câncer, ou como técnica promotora de bem-estar na velhice. Nenhum dos estudos enfoca, exclusivamente, a relação entre *coping* e oração. Na área da saúde destacam-se algumas pesquisas-intervenções, onde a oração aparece como uma das técnicas utilizadas. Em um estudo sobre fé e saúde, na área da Enfermagem, Souza (2009) afirma que os sujeitos apontam o uso da oração como uma prática cotidiana comum, sendo “utilizada como importante recurso de alívio, cura e transformação de vida” (SOUZA, 2009, p. 61). Alguns trabalhos apontam a oração como uma prática terapêutica alternativa/complementar (GENTIL; ROBLES e GROSSEMAN. 2010; SAMANO et al., 2004).

1.3 Considerações sobre a noção de saúde e questões teórico-metodológicas relativas à pesquisa sobre oração e saúde

Chama a atenção a ausência de uma teorização mínima na maioria das pesquisas quantitativas sobre oração e saúde, conforme apontam as principais revisões de literatura sobre o tema (MASTER e SPILMANS, 2007; LADD e SPILKA, 2013). Os conceitos implícitos de oração e saúde presentes em tais investigações empíricas merecem uma investigação à parte, uma vez que os pressupostos de origem, ainda que não explicitados, interferem de modo importante tanto na coleta de dados quanto em sua análise.

Considerando que a oração é antes de tudo, uma prática relacionada à dimensão espiritual do ser humano, uma pesquisa que desconsidera esse fato revela uma certa limitação do próprio pesquisador no entendimento de seu objeto de pesquisa e põe em evidência o caráter de não neutralidade que compõe o fazer

científico. Percebe-se que, em geral, parte-se do pressuposto que quando se fala em oração e em saúde todos sabem do que se está falando. Contudo, mesmo uma análise bastante superficial de alguns dos estudos clássicos sobre oração revela o quanto tais teorizações foram perpassadas pelo contexto histórico do autor, sendo portanto representativas do modo de construção de conhecimento dominante à época de sua produção.

Sobre essa questão, o psiquiatra infantil e psicanalista, Donald Winnicott, fez uma observação muito pertinente em uma palestra proferida em 1967 a médicos e enfermeiros, acerca do uso que fazemos das palavras “normal” e “saudável”. O autor observou que provavelmente sabemos o significado dessas palavras quando as usamos, mas que lucraríamos se de vez em quando tentássemos esclarecer o seu significado, com o risco de dizer obviedades e com o risco de percebermos que não sabemos dizê-lo (WINNICOTT, 1986, p. 21).

Tem sido predominante o modelo biomédico de compreensão da saúde, sendo assumido nas políticas públicas assim como nas pesquisas atuais. No modelo biomédico, a saúde é compreendida como ausência de doença, e a assistência à saúde, por conseguinte, centra-se na doença, no diagnóstico, numa terapêutica fármaco-medicamentosa, com ênfase no aspecto biológico, e com um gerenciamento da saúde que alcança a dimensão de um governo político da própria vida, ao que Foucault (1999) denominou como biopoder/biopolítica .

A transformação da noção de saúde ao longo da história revela não apenas o caráter datado dos conceitos que usamos, mas também o aspecto político que os conceitos carregam. Neste sentido, dependendo da forma inadvertida como tomamos certos conceitos, nossas pesquisas podem se colocar a serviço da manutenção de determinadas práticas de poder ou podem favorecer a produção de outras práticas e políticas governamentais.

A contribuição de Winnicott (1986) para uma noção de saúde é bastante relevante. Em seus estudos, o autor percebe que saúde não significa,

definitivamente, ausência de sintomas de doença, uma vez que a própria presença de um estado doente não apenas pode promover mais saúde como também pode ser um sinal de normalidade. Por exemplo, uma criança que adocece como reação emocional ao nascimento de um irmãozinho teria sido poupada de adoecimento caso o bebê não tivesse nascido, mas teria perdido uma oportunidade de amadurecimento real numa fase apropriada.

A noção de saúde em Winnicott aponta o papel do ambiente, das relações familiares e sociais e o potencial do próprio indivíduo em seu processo de amadurecimento. Neste sentido, saúde não se separa do ambiente, não se restringe a ausência de sintomas, não se circunscreve exclusivamente à esfera física. Saúde está referida ao processo maturacional e à capacidade de criação de sentido de uma vida que vale a pena. Além disso, mais do que um “remédio-cura”³ – quando este se faz necessário para seu restabelecimento – necessita-se de “cuidado-cura”. Torna-se mais adequado, então, falar de processos de saúde-doença. É a partir desse entendimento que Winnicott (apud ABRAM, 2007, p. 178) afirma: “Somos de fato pobres quando apenas são”.

A noção de saúde-doença sendo socialmente produzida não é estática. Neste processo dinâmico, também varia a normatividade que define o normal e o patológico.

Da perspectiva teológica, Paul Tillich contribui nesta mesma direção. Para ele, os fatores que determinam saúde, doença e cura são vários, assim como várias podem ser as abordagens de cura (TILLICH, 2002, p. 596-597). O teólogo observa que o processo da vida une os pólos da auto-identidade e auto-alteração. Há desintegração quando um dos dois pólos é tão predominante que perturba o equilíbrio da vida. A integração do centro pessoal é possibilitada quando integra a esse centro, a dimensão espiritual, que Tillich (2002, p. 596) chama de Presença

³ Winnicott chama de “remédio-cura” à prática médica que tem como foco a “cura” (associada a diagnóstico e remédio) desvinculada do cuidado. A cura deveria ser, sobretudo, uma prática de cuidado.

Espiritual. Neste sentido, a saúde é prejudicada quando a dimensão espiritual está ausente.

A perspectiva de uma saúde integral precisa ser constantemente lembrada no contexto onde predomina o modelo biomédico. Tão importante quanto os aspectos físicos, são as dimensões da saúde mental e espiritual. O psicólogo e aconselhador pastoral Daniel Schipani nos apresenta uma noção de saúde fazendo uma diferenciação entre *saúde mental* e “*espiritualidade saudável e ‘madura’*”. Para ele, enquanto saúde mental “pode ser caracterizada simplesmente como a capacidade de pensar, sentir e se comportar em modos que incrementem nossa habilidade de desfrutar a vida e de lidar com os desafios e lutas que enfrentamos” (SCHIPANI, 2013, p. 153), uma espiritualidade saudável e ‘madura’ “pode ser suposta através de uma avaliação permanente e de manifestações vivificantes de sentido e propósito, paz, alegria, amor a si e aos outros, conectividade com a transcendente fonte de luz e graça, e com o ambiente não humano e tudo o mais” (SCHIPANI, 2013, p. 153).

A partir, pois, dessas considerações, podemos nos aproximar dos dados empíricos sobre oração e saúde.

2. A pesquisa empírica⁴: Participantes⁵, Método e Análise

Os dados aqui examinados fazem parte de um banco de pesquisa de um dos autores que tem conduzido investigações sobre a oração em vários aspectos: conteúdos, traços de caráter e de personalidade relacionados à oração, oração e saúde. Para esta análise, a amostra foi composta de 104 vídeos com entrevistas gravadas com 73 mulheres e 31 homens, idade média de 51 anos (variando entre 17 e 79 anos), de maioria americana, mas também latinos e africanos, residentes em diversas regiões dos Estados Unidos. As entrevistas foram conduzidas por

⁴ A pesquisa foi aprovada pelo Comitê de Ética da Universidade de Indiana, em South Bend, nos Estados Unidos, onde a mesma foi realizada. A aprovação pelo Comitê de Ética inclui a manipulação dos dados por outros pesquisadores.

⁵ Embora haja diversidade na origem dos grupos pesquisados, todos são de base cristã. Neste sentido, também a análise teológica utilizada é exclusiva de uma visão cristã, uma vez que não seria coerente com a amostra coletada, um outro referencial de análise.

estudantes treinados pelo coordenador da pesquisa e a coleta se deu no período entre 2009-2011. Os sujeitos entrevistados, todos voluntários, representam dez comunidades de fé distribuídas do seguinte modo: 3 igrejas Católico-romanas (44 participantes, representando 42,30% da amostra), 5 igrejas Protestantes (43 participantes, sendo uma igreja Anglicana; uma igreja Presbiteriana, 2 igrejas de denominação Metodista Unida e uma igreja Adventista do Sétimo Dia, totalizando 43% da amostra), e 2 igrejas Pentecostais (17 participantes da Assembleia de Deus, representando 16,34% da amostra)⁶. A presença do gênero feminino é maioria, representando 70,19%, e 29,8% do gênero masculino. Em relação à classe econômica, 9,5 pertencem à classe baixa; 24,2% classe média baixa; 17,9% classe média; 21,1% classe média alta e 27,3% classe alta⁷. Quanto ao nível de instrução do grupo pesquisado apenas 1% reporta Ensino Médio incompleto; 10,2% Ensino Médio completo; 25,5% Curso Superior incompleto; 6,1% Tecnólogo (2 anos de nível superior técnico); Curso Superior completo 22,4% e Pós-Graduação 34,7%.

A *análise de conteúdo* foi o método utilizado para interpretação das entrevistas (gravadas em vídeo e transcritas). Chizzotti (2006, p. 98) afirma que “o objetivo da análise de conteúdo é compreender criticamente o sentido das comunicações, seu conteúdo manifesto ou latente, as significações explícitas ou ocultas”. Bardin (2006) sugere três fases no processo de análise do conteúdo: 1. A pré-análise: onde se organiza o material a fim de torná-lo operacional sistematizando as ideias iniciais; 2. A exploração do material: que consiste na definição de categorias (sistema de codificação), identificação das unidades de registro (conteúdo) e identificação das unidades de contexto; 3. tratamento dos resultados, inferência e interpretação (momento da intuição, da análise reflexiva e crítica).

⁶ No contexto americano são classificadas como Protestantes não apenas as igrejas protestantes históricas, mas são incluídas nessa mesma categoria, a Igreja Adventista do Sétimo Dia e as Igrejas Pentecostais. Dado o contexto dos leitores brasileiros, optou-se em apresentar os Pentecostais como uma categoria à parte dos Protestantes, embora a Igreja Adventista tenha permanecido na categoria Protestante.

⁷ A referência americana para a classificação da classe econômica é a seguinte: classe baixa: renda anual menor que US \$ 32,000; classe média: renda anual entre US \$ 32,700 e US \$ 45,000 e classe alta: renda anual maior que US \$ 45,000.

Na apresentação da análise dos resultados utiliza-se a técnica da “interpenetração” tal como proposta por Lofland et al. (2006). Interpenetração, segundo os autores, diz respeito à “alternância contínua e íntima dos dados e da análise como um texto [...] que é a consequência lógica de um trabalho minucioso sobre os dados em termos analíticos” (LOFLAND et al., 2006, p. 184-185). Trata-se, pois, de uma apresentação onde os dados e a análise se interpenetram e permitem que o/a leitor/a julgue a adequação da interpretação dada pelo/a pesquisador/a (SHARP, 2013, p. 7).

Os sujeitos entrevistados responderam à seguinte questão disparadora: “Caso você se sinta confortável para fazê-lo, poderia, por favor, descrever com o máximo de detalhes possíveis, uma das experiências mais fortes que você já teve em sua vida de oração?”.

Após uma cuidadosa análise das entrevistas gravadas, bem como da leitura transcrita de seu conteúdo no original e posterior tradução para a língua portuguesa⁸, o conteúdo foi categorizado em *unidades de conteúdo* agrupando os tipos de oração como subcategorias. A forma como a pergunta foi elaborada levou os sujeitos a fazerem uma análise de suas experiências de oração e a aplicarem critérios pessoais para avaliar “a mais forte/poderosa”. Assim, a experiência narrada torna-se bastante representativa do modo como as pessoas se valem da oração, e evidenciam não só o contexto em que ela foi empregada e sua finalidade, mas também sua estreita relação com saúde mental e espiritual.

A organização do material em unidades de conteúdo alcançou 4 categorias que descrevem o uso da oração: 1. Oração como estratégia de *coping* (enfrentamento) religioso espiritual (62,5%); 2. Oração como disciplina que mantém viva a espiritualidade (15,3%); 3. Oração como técnica de empoderamento mútuo (8,6%); 4. Oração como “ponto de mudança” no processo existencial (13,4%). A classificação dos tipos de oração empregados em cada categoria e as

⁸ As entrevistas foram traduzidas para a língua portuguesa por um dos autores deste estudo.

conectividades que elas favorecem aparecem na tabela 2. A tabela 3 mostra a percentagem de cada grupo nas categorias encontradas.

Tabela 1. Categorização das experiências e dos tipos de oração utilizadas por cada grupo.

Categorias e tipo de conexão	Subcategorias (tipos de oração)	Conteúdos	Católicos	Protestantes	Pentecostais	Subtotal	Total
Estratégia de coping religioso <i>Inward/ upward</i>	Lamentação	Luto; tristeza, agonia	18	7	2	27	65 62,5%
	Petição	Petição por coisas materiais; petição por necessidades pessoais e físicas	14	19	5	38	
Disciplina que mantém viva a espiritualidade e <i>upward</i>	Descanso	Experiência interna; quietude, calma, silêncio	5	2	4	11	16 15,3%
	Sacramental	Envolvimento com rituais e tradições religiosas;	2	3	0	05	
Técnica de empoderamento mútuo <i>Outward e upward</i>	Intercessão	Busca de assistência para outros, empatia com a dor do outro; petição em favor de outros	2	5	2		9 8,6%
Ponto de Mudança no processo existencial <i>epifania</i>	Conversão	Conscientização, contrição; alegria,	1	1	0	2	14 13,4%
	Chamado	Iluminação, sentido de missão	1	4	1	6	
	movimento do Espírito	Euforia; surpresa; glossolalia; Revelação	1	2	3	6	
Total			44	43	17		104

Fonte: Dados da pesquisa

Confirmam-se os estudos de Ladd e Spilka (2006, 2013) sobre os tipos de oração e conectividades que expressam. A quarta categoria, entretanto, reúne um tipo de conteúdo e de conectividade ainda não abordado especificamente pela psicologia da oração.

Tabela 2. Categorias: Amostra Geral e Comparação entre os Grupos

Categorias	Amostra Geral	Católicos	Protestantes	Pentecostais
Estratégia de <i>coping</i> religioso	62,50%	72,72%	60,46%	41,17%
Manutenção da Espiritualidade	15,38%	15,90%	11,62%	23,52%
Empoderamento Mútuo	8,65%	4,54%	11,62%	11,76%
Ponto de Mudança	13,46%	6,81%	16,27%	23,52%
Total	100%	100%	100%	100%

Fonte: Dados da pesquisa

2.1 Oração como estratégia de *coping* (enfrentamento) religioso-espiritual⁹

Tipos de Oração empregadas: Petição e Lamentação. Modalidades de Conectividade: orientada para si e orientada para o divino (*inward* e *upward*).

As entrevistas agrupadas nesta categoria de *coping* religioso perfazem o total de 62,5% dos entrevistados. As experiências relatadas relacionam-se a situações de profundo estresse, tais como: divórcio; processo de luto pela morte de amigos e familiares; enfermidades físicas diversas; problemas de relacionamento familiar, problemas no trabalho; desemprego; dificuldade de perdoar; ansiedade de origens diversas (situacionais ou como transtorno); abuso; aborto natural; necessidades

⁹ A tradução da palavra *coping* significa “enfrentamento”, ou o modo como se lida com situações de estresse e sofrimento. Os estudos iniciais de Pargament (1997) falavam em “*coping* religioso”. Mais tarde, com as discussões sobre a diferença entre “espiritualidade” e “religiosidade”, a palavra “espiritual” aparece acrescentada ao *coping* religioso visando abarcar experiências de caráter espiritual mas não necessariamente vinculadas a uma religiosidade específica. No Brasil, a tradução, adaptação e validação da Escala de *Coping* Religioso de Pargament foi realizada por Raquel Panzini (2004) e a autora utiliza a expressão “*coping* religioso espiritual”. No presente estudo serão utilizadas as expressões “*coping* religioso” e “*coping* religioso espiritual” indistintamente.

materiais. Apenas os dois tipos de oração: de Petição e de Lamentação foram encontradas nas situações narradas. Ladd e Spilka (2006) identificaram conteúdos da oração do tipo “lamentação” como: luto, perda e agonia que são típicas em situações de turbulências pessoais e por isso caracterizam este tipo de oração como “orientada para dentro”, pois a pessoa se volta para seus sentimentos pessoais de agitação e agonia. Os achados desse estudo confirmam os estudos anteriores.

Na teoria de *coping* defendida por Lazarus e Folkman, os autores afirmam que *coping* refere-se aos esforços comportamentais e cognitivos para dominar, reduzir ou tolerar as demandas internas e/ou externas que são criadas por operações estressantes (FOLKMAN, 1984, p. 843; FOLKMAN e LAZARUS, 1980). Os autores observam que após a avaliação de um evento estressor as pessoas têm duas opções de enfrentamento: usar estratégias com foco no problema ou com foco nas emoções.

Aproveitando-se da teoria de *coping* de Lazarus e Folkman, Pargament (1997) aplicou-a à esfera da religião, criando desse modo, a noção de *coping* religioso. Para este autor, *coping* religioso/espiritual refere-se à introdução de elementos sagrados na forma de responder aos eventos estressores.

Os métodos de *coping religioso* podem ser “positivos” ou “negativos” e caracterizam o que o autor e colaboradores chamam de *coping positivo* e *coping negativo* (PARGAMENT et al. 1998, p. 712). O *coping* positivo refere-se a um relacionamento seguro com Deus, à crença de que existe um sentido na vida para ser buscado, e senso de conexão com outros. Compõem um padrão de *coping* positivo métodos de enfrentamento tais como: reavaliação religiosa benevolente; *coping* religioso colaborativo; busca de suporte espiritual, transformação de vida, etc. Já o *coping* negativo expressa-se por meio de um relacionamento menos seguro com Deus; uma visão de mundo frágil e ameaçadora, conflitos espirituais na busca por significado (PARGAMENT et al. 1998, p. 712).

Em situações em que a prática de *coping* com foco no problema com vistas à sua solução não seria viável, uma vez que não havia o que ser feito, o *coping* religioso espiritual assume importância. Em várias entrevistas se percebe o uso da oração como a estratégia utilizada com sucesso do ponto de vista da transformação da emoção, pois favorece o afastamento do problema em favor da aproximação de Deus. Como resultado, os sujeitos relatam o cuidado e conforto recebidos através da oração de Petição ou mesmo de Lamentação. Dirigidas ao divino, as orações de petição assumem o caráter de pedidos por coisas materiais, por necessidades pessoais ou para ter necessidades físicas atendidas. Por vezes, tais orações se mesclam com a Lamentação, mas não necessariamente. A oração de Lamentação é caracterizada por tristeza profunda, luto e agonia.

Eu vim à [igreja] para orar quando uma coisa horrível, horrível, horrível aconteceu a minha família. [...] Eu vim para a capela da igreja [...] era minha hora de almoço e eu não podia trabalhar. Eu entrei lá porque era uma coisa tão horrível que tinha acontecido e estava tão fresco que eu não podia me organizar ainda. Eu simplesmente disse: Senhor [...], eu tenho apenas 5 minutos. É tudo que eu tenho e eu quero que tu leves embora esse terror de dentro do meu estomago, porque eu não posso trabalhar. Eu tenho uma família, eu tenho de trabalhar. Eu preciso de ajuda nesse momento, agora. E eu pude sentir imediatamente que tudo isso foi drenado pra fora. Tudo isso foi drenado pra fora mas a situação não mudou. A situação não foi embora. Eu apenas precisava ser capaz de estar presente. E eu pude trabalhar no modo como eu devia naquela situação. Eu nunca vou esquecer isso porque foi uma resposta imediata. Tenho certeza que tinha tido respostas antes, mas dessa eu me lembro muito, muito, muito, bem. (Mulher – Entrevista nº 0710126)

Diversos estudos apontam a oração como uma das principais estratégias de *coping* religioso que as pessoas utilizam quando se veem em situação de saúde debilitada. Entretanto, não apenas quando a saúde física está debilitada, mas também como forma de manter a saúde física e mental.

Eu perdi meus pais muito jovens e minha mãe morreu de câncer de mama. Veja... de novo, a coisa da saúde. Eu me lembro que ela sempre dizia: “Proteja sua saúde, proteja a sua saúde”. Agora estou no tempo de aposentadoria... [...] estas coisas voltam e... e nossa sociedade abastada parece estar guiada pela riqueza e bens materiais. [...] Eu oro muito mais para ter boa saúde. Para mim, oração é uma conversa com Deus e Deus não necessariamente responde imediatamente [...] é uma coisa contínua, e

de novo, parece estar ligada às questões de saúde. Quanto tempo estaremos aqui? Oração é aquela espécie de coisa que nos mantém, que nos faz continuar enquanto estamos aqui. (Homem – Entrevista n° 0710102).

Se eu não pudesse mais orar eu seria a pessoa mais deprimida do mundo. Eu creio que a minha vida no dia a dia é guiada por Deus. Se um dia eu deixo de orar eu me sinto perdida. Na maior parte das vezes, quando estou atravessando problemas, frustração, angústia... qualquer emoção...raiva... você não está feliz... mas no momento em que eu oro isso me capacita a levantar e tira o peso dos meus ombros... sem oração eu seria a pessoa mais deprimida do mundo... (Mulher – Entrevista n° 07091636).

As experiências exemplificam o emprego do *coping* religioso positivo. Os sujeitos não têm dúvidas dos benefícios da oração em suas vidas diárias, em suas emoções ajudando-os no enfrentamento (*coping*) da situação vivida, ainda que tais situações não tenham sido modificadas, ou ainda que Deus não responda imediatamente. Um único exemplo de *coping* negativo¹⁰ foi encontrado:

Eu pedi a Deus por alguma coisa, por alguma ajuda, um ano atrás [...] então uma grande parte da minha vida mudou e tenho estado triste/perturbada desde então. Eu estou tentando descobrir isso tudo, mas eu acho que está tudo conectado, eu estou buscando entender o que é isto, mas isto está apenas começando, eu acho... as mudanças que ocorreram, eu acho que estão todas relacionadas com o meu pedido em oração. (Mulher – Entrevista n° 0710125).

Pargament (2013) observa que os sujeitos incapazes de encontrar maneiras interessantes de solução de seus conflitos espirituais podem se desvincular do sagrado, temporária ou permanentemente (PARGAMENT, 2013, p. 265). O exemplo bíblico de Jesus ilustra a utilização temporária do *coping* negativo, com uma mudança para um *coping* positivo: “Pai, por que me abandonaste?”. Em seguida: “Pai, perdoa-lhes porque não sabem o que fazem”. Pouco antes de sua morte, oferece conforto ao ladrão arrependido: “Hoje mesmo estarás comigo no paraíso”. Sua última fala confirma o restabelecimento da conexão positiva com o divino, afastando a depressão pela restituição da esperança.

¹⁰ Na amostra analisada este foi o único relato de efeito negativo da oração. Isto aponta para a possibilidade de usos não saudáveis da oração. Esta possibilidade, entretanto, não se mostrou significativa no grupo pesquisado.

A oração como método de *coping* parece funcionar positivamente para grande parte dos entrevistados. As experiências apontam diminuição da ansiedade, melhora na capacidade de funcionar, busca de um comportamento mais assertivo e suporte espiritual para uma vida com mais sentido e propósito.

2.2 Oração como disciplina para manter viva a espiritualidade

Tipos de Oração empregados: Descanso e Sacramental/Tradições Sagradas.
Modalidade de Conectividade: predominantemente orientada para o divino (*upward*).

Embora a oração contribua na promoção da saúde mental em função de seu uso (bem sucedido, na maioria das vezes) como mecanismo de *coping*, a oração não pode ser reduzida a isto. Sendo um canal de conexão com o sagrado, ela é também utilizada como disciplina espiritual com vistas ao amadurecimento espiritual, tal como nos lembra Schipani (2013) e como se vê no modo como o participante descreve sua experiência:

Quando eu oro eu me sinto relaxado e eu me sinto mais atento para ouvir. Eu faço um relaxamento do corpo com meditação. Quando eu ando na escuridão, eu me sinto rodeado por Deus... Deus me rodeia em escuridão. Eu me sinto coberto de escuridão – não como uma coisa negativa, mas no sentido do mistério. (Homem – Entrevista nº 0710167).

Ladd e Spilka (2006) caracterizam a oração de Descanso como quietude, tranquilidade, serenidade, silêncio, uma busca de conexão com o sagrado. O total de 15,3% dos sujeitos entrevistados narram experiências que podem ser interpretadas como tendo finalidade de conexão espiritual, entretanto, os efeitos sobre a saúde mental podem ser constatados: “é como uma experiência diária pra mim eu sinto vontade de orar... é como estar ligada basicamente. Sinto o conforto depois de um dia duro passando por coisas difíceis, me sinto aliviada do estresse” (Mulher – Entrevista nº 07091631).

Heiler afirma que o esforço em fortalecer, reforçar e melhorar a própria vida é o motivo que leva as pessoas a orarem. Para ele, esta é a razão de toda a oração. Por isso, a importância de “evidenciar as ideias religiosas daquele que ora em simplicidade, sua atitude interna e seu objetivo espiritual, os pressupostos que subjazem à experiência psíquica da oração” para bem entendê-la (HEILER, 1932, p. 355). O teólogo argumenta que a pessoa que ora faz uma troca espiritual e vital com divino e que há três elementos que formam a estrutura interna da experiência de oração: a fé em um Deus pessoal vivo, a fé em sua presença real imediata, e uma comunhão real na qual o sujeito entra em relação com Deus – concebido como presença (HEILER, 1932, p. 356).

Oração é pra mim uma comunicação com Deus. Depois de estar conectado espiritualmente com Deus você tem de ter essa comunicação. Em qualquer relacionamento se não houver comunicação a relação morre. Se eu parar de orar eu sinto que eu quebrei o relacionamento com meu criador. [...] Eu tenho de manter a conexão com Deus. A oração pra mim é estar em conexão com Deus, estar em comunicação com Deus, em qualquer tempo... se eu não orar então eu não estou em comunicação com Deus e minha vida está por mim mesmo e eu não quero estar por mim mesmo. (Homem – Entrevista nº 07091637).

Enquanto a oração de Descanso é mais pessoal, realizada em contexto privado e permite uma conexão direta do indivíduo com o sagrado, a oração do tipo Sacramental, em geral, acontece mais no espaço coletivo do culto, embora não se restrinja a este, e se utiliza das tradições religiosas para fazer essa conectividade. Algumas pessoas parecem mais identificadas à estrutura, aos ensinamentos e ao ambiente que a instituição oferece. Como argumenta Heiler, as formas rituais de oração, os hinos litúrgicos, a oração litúrgica que é feita em comum na instituição do culto são fenômenos de cristalização daquilo que brotou da vida pessoal e que foi transmutado para uma forma objetiva, impessoal e regrada (HEILER, 1932, p. 354). Contudo, mesmo na forma mais institucionalizada de oração, como é a característica da oração sacramental, o sujeito o faz na tentativa de manter viva a dimensão espiritual: “Em alguns dos hinos mais amados da minha igreja eu tenho tido fragmentos que impactam minha vida de oração, em relação a confirmação e afirmação e compromisso de comunhão. Sem oração eu acho que eu teria a

sensação de estar encurralado dentro de mim mesmo”. (Homem – Entrevista nº 09091004).

Eu acho que é difícil dizer apenas uma [experiência mais forte de oração] porque pra mim, cada domingo que eu vou na igreja e recebo a comunhão isso é bem poderoso/forte pra mim. (Mulher - Entrevista nº 0710168).

A oração como disciplina que mantém a saúde espiritual tem seus efeitos sobre a saúde como um todo, se entendemos saúde para além da ausência de doença, mas também como processo criativo de uma existência com sentido e de uma vida que vale a pena.

2.3 Oração como técnica de empoderamento mútuo

Tipo de oração empregada: Intercessória. Modalidade de Conectividade: predominantemente orientada para o outro (*outward*) e também para o divino (*upward*). 8,6% da amostra apontou a oração intercessória como a experiência mais forte.

Ladd e Spilka (2013) citam quatro estudos de revisão sobre oração e saúde e reiteram a concordância entre eles a respeito da não comprovação científica da oração intercessória. Os autores afirmam que “se existe, é mínima a evidência empírica que a oração intercessória tem algum efeito sobre a saúde daqueles para quem a oração intercessória foi realizada” (LADD E SPILKA, 2013, p. 299). Masters e Spielmans aconselham os pesquisadores interessados na pesquisa sobre os efeitos da oração sobre a saúde a manterem distância desse tipo de estudo e “concentrarem-se em áreas onde os efeitos da oração podem ser conceitualizados em termos de mecanismos que ocorrem naturalmente e que estão dentro dos domínios de estudo da psicologia, fisiologia e medicina” (MASTERS e SPIELMANS, 2007, p. 332).

Do ponto de vista teológico, a oração intercessória também é problemática. O teólogo Vincent Brümmer observa que ela carrega um dilema: por um lado, um Deus que é perfeitamente bom não poderia depender da intercessão de outros para exercer sua benevolência. Por outro lado, se negarmos que a benevolência de Deus em favor de alguém depende da intercessão de outros, qual é o ponto da oração intercessória, afinal? (BRÜMMER, 2008, p. 63-64).

Da perspectiva da saúde física, a oração intercessória colocaria o pesquisador em uma situação difícil. Se considerarmos, entretanto, a auto-avaliação informada acerca dos benefícios da oração intercessória sobre a saúde mental e espiritual daqueles que a praticam, alguns elementos são dignos de consideração, em especial o caráter de empoderamento mútuo que a oração pode proporcionar. Os sujeitos valorizam os aspectos mentais e espirituais como dimensões importantes da saúde integral, como pode ser observado na fala de uma das participantes do estudo:

Quando eu estive fazendo um uso muito pesado de medicação por conta de dores na coluna [...] eu me senti assim – sendo incapaz de orar. Não que eu pensasse que Deus não estivesse lá. Mas eu não era capaz de chegar a esse lugar dentro de mim onde eu tinha a certeza de que Deus me ouvia. Eu pedi às pessoas de fé que me rodeavam que orassem por mim, não pela minha saúde, mas por essa questão que era muito mais importante do que a saúde pra mim. (Mulher – entrevista nº 0710177).

Chamamos de “empoderamento mútuo” o que os sujeitos identificam como algo que acontece na dimensão espiritual e não necessariamente no aspecto físico. Tal empoderamento mútuo exerce efeitos sobre o bem-estar mental e espiritual dos participantes.

[...] Um dos membros da minha igreja esteve lutando com uma doença terminal, lutando com o sentido da oração e do relacionamento deles com Deus [...] estávamos orando se a condição deles poderia ser revertida [...] nós estávamos orando por isso... este era nosso desejo. Mas se a condição física não pudesse ser mudada, então que fosse mudada a necessidade deles por aquela cura... nós realmente oramos para que a cura pudesse acontecer [...] a cura não era somente física, mas também cura da necessidade de ser curado. E nós dois achamos que foi um momento poderoso de oração. (Homem – Entrevista nº 09091010).

A oração intercessória enquanto técnica de empoderamento mútuo aponta para uma questão teológica interessante: o papel da cooperação do crente com Deus para a realização de sua benevolência. A esse respeito, Brümmer pontua que Deus age através das ações executadas pelos humanos. Aquele que pede que Deus aja em nome de uma pessoa ou causa por quem ele intercede, coloca-se como disponível como “causa secundária” através da qual Deus poderia atuar em resposta à oração. Ou seja,

intercessão é cooperação com aquela vontade transcendente de Deus a qual é nada menos que imanente no trabalho *em* e *através* dos relacionamentos humanos entre si, e conseqüentemente envolve tanto Deus quanto aquele que pede como parceiros na realização daquilo que está sendo pedido (BRÜMMER, 2008, p. 65-66, grifo no original).

Dessa perspectiva, a oração de petição em favor do outro pode ser vista não apenas como uma tentativa grosseira de tentar aumentar a quantidade de boa vontade atuante no universo, mas como um modo de entrar nos propósitos de Deus (BRÜMMER, 2008, p. 66). Por essa razão, “a oração corporativa é mais efetiva do que a oração individual e não por que isto coloca mais pressão sobre Deus, mas porque convoca mais pessoas na realização da vontade de Deus” (BRÜMMER, 2008, p. 66). São precisas as palavras do entrevistado: “A oração funciona e funciona mais ainda em grupo... algumas vezes mais do que individualmente” (Homem – Entrevista nº 09091003).

A oração intercessória coloca em curso a empatia – fundamental nesse processo de empoderamento mútuo. A empatia com o sofrimento do outro e por conseguinte, a oração de petição em favor do outro, cria vínculos de companheirismo entre aqueles que oram: eu apenas fico lá com a família ou sem a família e oro por aquela pessoa [...] e isso traz Deus para mais perto de mim e para mais perto deles. ... Deus sabe que eles estão lá, as pessoas também sabem de Deus e as vezes não oram [...] então eu oro sabendo que isso pode aliviar o sofrimento deles (Mulher – Entrevista nº 0710174).

Como observa Brümmer (2008, p. 66-67), “eles se tornam um corpo unido na busca da vontade de Deus no mundo. Aqueles que oram juntos, ficam juntos”.

2.4 Oração como *ponto de mudança (turning point)* no processo existencial

Tipos de oração empregadas: Conversão; Chamado; Movimento do Espírito. Modalidade de Conectividade: *epifânica*. 13,4% da amostra.

O espaço do presente estudo não permite explorar cada um desses tipos de oração que compõem essa categoria. Assim, o foco será sobre o elemento comum, presente nos três tipos de oração que constituem esta modalidade de conectividade, caracterizada aqui como *epifania*, ou conectividade *epifânica*. Do grego, *epiphaneia*, significa aparição, manifestação surpreendente. O termo tem origem religiosa e se refere à revelação – por exemplo, a revelação aos magos sobre a encarnação de Cristo como filho de Deus; a revelação do Espírito Santo que desce sobre Jesus quando de seu batismo por João; o Pentecostes (descida do Espírito Santo relatada no livro bíblico de Atos); o trabalho do Espírito no processo de conscientização e reconhecimento do ser humano sobre seu estado de alienação de Deus.

O sentido de epifania, entretanto, ultrapassa as fronteiras da esfera religiosa. Especialmente na literatura, o termo indica um momento súbito de iluminação, um novo entendimento, uma nova percepção de um estado de coisas e conseqüente mudança em função dessa súbita revelação. Ou seja, trata-se de algo aparentemente inexplicável, de origem desconhecida, que ativa e coloca em curso uma mudança profunda na subjetividade daquele que a experiencia. O termo é bem exemplificado fora do contexto religioso nas obras de Clarice Lispector (FERREIRA, online) como um “instante existencial”. Esse momento “revelatório” pode até ter uma duração fugaz, mas o que faz da epifania um fenômeno marcante é o seu caráter de “acontecimentalidade” – de um acontecimento que marca o processo existencial subjetivo, às vezes acompanhado de grande estresse espiritual.

É um “divisor de águas” que tem o efeito de mudanças profundas a partir da experiência vivida.

Em relação aos participantes desse estudo, os sujeitos descrevem tais experiências como tendo sido um “acontecimento” que se deu no momento da oração. Eles não se sentem capazes de explicar “como” nem “porque” isto aconteceu, mas sabem que se trata de uma experiência extraordinária, incomum. Seja a experiência denominada como “conversão”, “chamado”, “glossolalia” (falar em línguas) ou algo como um “movimento do Espírito”, essas experiências têm em comum esse sentido de revelação, iluminação, alegria, esperança, confiança em Deus, excitação, etc. Sobretudo, os sujeitos sentem essa experiência como algo que não tem iniciativa no próprio self, ou na mente, mas trata-se de algo que vem de fora, de uma dimensão mais longínqua e os toma, preenche-os, lhes dá direção e discernimento, lhes dá um novo sentido e propósito na vida. Dada a singularidade e impacto com que essa sensação surge na oração, essa experiência é compreendida não como algo que nasce do interior, mas como tendo sido originada no sagrado, como tendo sido uma iniciativa do divino.

A oração de *Conversão* se refere a um retorno a Deus, como a aceitação de seu plano salvífico:

Foi quando eu senti necessidade de orar a Deus pra perdoar os meus pecados e ai aquela sobrecarga foi totalmente aliviada... isto pode ser chamado de conversão. Você fica mais consciente disso e então essa foi minha experiência mais forte porque minha vida foi totalmente mudada naquele momento quando Deus fez o que ele prometeu fazer – quando eu confessei meus pecados, quando ele me perdoou eles todos... quando ele jogou isso no fundo do mar e por isso eu não tenho mais de carregar essa carga... verdadeiramente ele me deu leveza... energia... quando eu soube que ninguém poderia fazer nada com o meu passado (Mulher – Entrevista nº 07091243).

A oração como *Chamado* diz respeito a convicção de um chamamento divino para envolver-se, dedicar-se ao trabalho religioso.

Quando minha filha tinha entre 6 e 9 meses eu comecei o hábito de orar por ela cada noite, e pedia para que Deus cuidasse dela, que a ajudasse a crescer feliz, saudável e forte. [...] Uma noite, enquanto estava orando, eu ouvi uma voz: eu tenho ela, mas eu queria você... isto realmente me assustou... foi uma experiência muito forte, foi algo que eu terei comigo para o resto dos meus dias. Algumas vezes eu escuto essa voz dizendo que eu não preciso temer que ele está lá comigo. (Homem – Entrevista nº 09091008).

A oração do tipo “*Movimento do Espírito*” foi assim designada neste estudo em referência à experiência forte, de caráter revelatório, acompanhada ou não do fenômeno da glossolalia (falar em línguas estranhas, ou do Espírito):

[...] Eu estava orando e o Senhor me botou de joelhos [...] ... eu não tinha ficado de joelhos daquele modo, e o Senhor me fez cair de joelhos, eu senti como um terremoto quando ele me fez cair de joelhos... quero dizer, eu fui forçado, quando eu comecei a chorar e clamar a Deus eu não sei o que eu disse mas o senhor me fez cair de joelhos, (Homem – Entrevista nº 07091628).

Minha experiência mais forte foi quando eu comecei a falar em línguas [...] eu não entendi aquilo completamente quando isto aconteceu naquele momento... foi uma coisa... uma coisa linda que eu senti por dentro, uma espécie de preenchimento... isto impulsionou minha vida espiritual... no início quando eu comecei a falar em línguas eu achei que seria mais um detalhe específico a respeito de como a oração foi efetiva na minha vida... mas foi uma coisa muito significativa sobre oração na minha vida. (Homem – Entrevista nº 07091630).

Como apresentado acima, a modalidade *epifânica* de conectividade dispara um processo de transformação subjetiva que parece ter efeitos positivos sobre a saúde espiritual e mental. Um ponto de mudança carregado de profundo sentido e propósito de vida, alegria, bem-estar subjetivo. Uma descoberta. Uma *teofania* (manifestação de Deus) na subjetividade daqueles que a vivenciam.

Considerações finais: Questões para a Teologia e para a Psicologia da Religião

A análise da experiência de oração vivida pelos participantes deste estudo deve chamar a atenção dos pesquisadores da área da Teologia e da Psicologia da Religião para algumas questões. Para a Teologia, a carência de pesquisa empírica sobre esse tema a confronta com o desafio de pensar a respeito de sua contribuição, sobretudo em relação a oração e *coping* religioso, na perspectiva da teologia pastoral. No Brasil, no contexto das Ciências da Saúde, várias pesquisas apontam a oração como uma das principais estratégias de *coping* usada nas mais diversas situações: nos processos relacionados à saúde-doença, na promoção da qualidade de vida entre idosos, e outras instâncias e contextos de cuidados em saúde. Assim, estudos na interface entre psicologia da religião e teologia contribuiriam significativamente com a reflexão sobre esse tema.

Para a psicologia da religião, clara está a necessidade de pensar sobre uma noção de saúde para além do modelo biomédico. Além disso, a abordagem da pesquisa qualitativa poderia contribuir com os estudos quantitativos tão importantes nas tomadas de decisões sobre novas políticas de saúde. Justamente por isso, valeria a pena uma análise crítica sobre os pressupostos teórico-metodológicos que sustentam as pesquisas nessa área.

Os resultados indicam que a oração exerce um papel importante na constituição subjetiva de seus praticantes, sobretudo nos aspectos relacionados à saúde mental e espiritual. Os sujeitos reportam diminuição da ansiedade, incremento das habilidades para administrar as situações de estresse e sofrimento; impulso para a cooperação mútua; maior senso de direção e propósito na vida. São auto avaliações que indicam uma percepção de saúde não restrita ao modelo biomédico: “Eu ficaria perdida sem oração [...] paz e força são duas grandes coisas que eu recebo da minha vida de oração” (mulher – entrevista nº 0710173). Os sujeitos valorizam o uso da oração como mecanismo de *coping* religioso; como disciplina espiritual que gera bem-estar na subjetividade como um todo; como

técnica de empoderamento mútuo que exercita a empatia e fortalece os vínculos sociais em razão da cooperação que demanda; e por fim, como instância poderosa de transformação na subjetividade (quer seja através da experiência de conversão, glossolalia, da sensação de estar sendo movido pelo Espírito Santo, ou mesmo sendo vocacionado para uma missão especial). A força da modalidade epifânica de conexão com o sagrado nada tem a ver com experiência alucinatoria. Pelo contrário, trata-se de um acontecimento acompanhado de evidências de saúde no processo existencial do indivíduo, com implicações positivas também no modo como este se relaciona com o outro e com o mundo (no sentido de que sua preocupação se volta para a construção de um mundo melhor para além de seus próprios interesses pessoais). A oração favorece, pois, a maturidade espiritual e ativa processos de desenvolvimento do próprio potencial daqueles que a praticam. São, portanto, aspectos das dimensões mentais e espirituais que precisam ser integradas nos estudos sobre oração e saúde, haja visto a importância que os próprios sujeitos lhe atribuem e os efeitos na promoção do bem-estar mental e espiritual que lhes parece tão elementar.

REFERÊNCIAS

- ABRAM, J. **The Language of Winnicott**. 2a. ed. London: Karnac, 2007.
- BARDIN, L. **Análise de conteúdo**. Lisboa: Edições 70. 2006 (1977)
- BRÜMMER, V. **What are we doing when we pray?** On prayer and the nature of Faith. England: Ashgate Publishing, 2008 (1984).
- CAMPANINI, J. **A experiência religiosa em situações de perda: pedir e não receber**. São Paulo, 2011. 143p. Dissertação (Mestrado em Psicologia) – Pontifícia Universidade Católica de São Paulo.
- CHIZZOTTI, A. **Pesquisa em Ciências Humanas e Sociais**. 8a. ed. São Paulo: Cortez, 2006.
- COSTA, L. A. R. **Da mesa de peregrinos ao banquete do reino** - a dimensão escatológica da eucaristia no Missal Romano de Paulo VI. Belo Horizonte, 2008. 153p. Dissertação (Mestrado em Teologia) – Faculdade Jesuíta de Filosofia e Teologia.

FERREIRA, F.S. **A Construção da Epifania nas Narrativas de Clarice Lispector.**

Disponível em:

<http://www.mackenzie.br/fileadmin/Graduacao/CCL/projeto_todasasletras/inicie/FernandaFerreira.pdf> Acesso em 25.abril.2013.

FOLKMAN, S. Personal Control and Stress and Coping Processes: A Theoretical Analysis". **J Pers Soc Psychol.** 46(4): 839-852, 1984.

FOLKMAN, S.; LAZARUS, R. S. An analysis of coping in a middle-aged community sample. **J. Health Soc. Behav.** 21: 219–239, 1980.

FOUCAULT, M. **Em defesa da Sociedade.** São Paulo: Martins Fontes, 1999.

GENTIL, L. B.; ROBLES, A. C. C.; GROSSEMAN, S. Uso de terapias complementares por mães em seus filhos: estudo em um hospital universitário. **Ciênc. saúde coletiva,** Rio de Janeiro, vol.15 supl.1, p. 1293-1299, 2010.

HEILER, F. **Prayer.** A study in the History and the Psychology of Religion. Oxford: OneWorld, 1932 (1919).

JAMES, W. **The Varieties of Religious Experience.** (Eletronic version). Available in: <http://www2.hn.psu.edu/faculty/jmanis/wjames/varieties-rel-exp.pdf>. 1902. Acesso em 18.03.2013

KLEIN, C. J. **A presença da teologia sacramental zuingliana no Presbiterianismo Brasileiro e suas influências litúrgicas.** Uma perspectiva ecumênica. São Paulo, 2004. 232p. Tese (Doutorado em Ciências da Religião) – Universidade Metodista de São Paulo.

LADD, K.; SPILKA, B. Prayer: A Review of the empirical literature. In: **APA Handbook of Psychology, Religion, and Spirituality.** Vol.1. Washington, DC: American Psychological Association, 2013.

LADD, K.; SPILKA, B. Inward, Outward, Upward Prayer: Scale Reliability and Validation. **Journal for the Scientific Study of Religion,** Indianapolis, 45(2):233–251, 2006.

LIMA, M. **Anáfora Cristã:** Ação de Graças e Súplica no Memorial do Senhor. Belo Horizonte, 2000. 142p. Dissertação (Mestrado em Teologia) – Faculdade Jesuíta de Filosofia e Teologia.

LOFLAND, J.; et al. **Analyzing social settings: A guide to qualitative observation and analysis,** 4th edition. Belmont, CA: Thomson Wadsworth, 2006.

MASTER, K. S.; SPIELMANS, G. I. Prayer and Health. Review, Meta-Analysis, and Research Agenda. **J Behav Med,** 30 (4), p. 329–338, 2007.

MAUSS, M. **On Prayer.** New York/Oxford: Durkheim Press/Berghahn Books, 2003 (1909).

MORAES, A. J. **A Análise da Estrutura Literário-Teológica das Orações Eucarísticas para Missas com crianças.** Rio de Janeiro, 2009. 151p. Tese (Doutorado em Teologia) – Pontifícia Universidade Católica do Rio De Janeiro - Teologia

PARGAMENT, K. **Psychology of religion and coping.** Theory, Research, Practice. New York: Guilford Press, 1997.

PARGAMENT, K.; SMITH, B. W.; KOENIG, H. G., PEREZ, L. Patterns of Positive and Negative Religious Coping with Major Life Stressors. **Journal for the Scientific Study of Religion**, 37 (4), p. 710-724, 1998.

PARGAMENT, K.; EXLINE, J. J. e JONES, J. W. (ed.). **APA Handbook of Psychology, Religion, and Spirituality.** Vol.1. Washington, DC: American Psychological Association, 2013.

PANZINI, R. G. **Escala de Coping Religioso-Espiritual (Escala CRE):** tradução, adaptação e validação da Escala RCOPE, abordando relações com saúde e qualidade de vida. Porto Alegre, 2004. 238p. Dissertação (Mestrado em Psicologia) – Instituto de Psicologia, Universidade Federal do Rio Grande do Sul.

PINTO, C. M. **A experiência do Mistério Pascal de Cristo no mistério do amor humano, celebrado no sacramento do matrimônio.** São Paulo, 2011. 126p. (Mestrado em Teologia). Pontifícia Universidade Católica de São Paulo.

RELIGIÃO & SOCIEDADE. **Relig. soc.** vol. 29, nº 2, Rio de Janeiro, 2009.

SAMANO, E. S. T.; GOLDENSTEIN, P. T.; RIBEIRO, L. M.; LEWIN, F.; VALESIN FILHO, E. S.; SOARES, H. P. ; GIGLIO, A. Praying correlates with higher quality of life: results from a survey on complementary/alternative medicine use among a group of Brazilian cancer patients. *Sao Paulo Med. J.* , São Paulo, vol.122, n.2, p. 60-63, 2004.

SCHIPPANI, D. The heart of the matter. Engaging the spirit in spiritual care. In: SCHIPPANI, D. (ed.) **Multifaith views in spiritual care.** Germany and Ontario: Society for Intercultural Pastoral Care and Counseling & Pandora Press, 2013. Cap.9, p. 149-166.

SHARP, S. When Prayers Go Unanswered. **Journal for the Scientific Study of Religion**, Indianapolis, 52(1):1–16, 2013.

SILVA, F. C. **A participação da Assembléia Litúrgica na Oração Eucarística:** Um estudo a partir da Oração IV. São Paulo, 2008. 103p. Dissertação (Mestrado em Teologia) – Pontifícia Faculdade de Teologia Nossa Senhora da Assunção. São Paulo: PUC-SP, 2008.

SLOAN, R. P. **Blind Faith.** The Unholy Alliance of Religion and Medicine. St. New York: Martin's Press, 2006.

SOUZA, M. A. **A Influência da Fé no Processo Saúde Doença sob a Percepção de Líderes Religiosos Cristãos.** Goiás, 2009. 108p. Dissertação (Mestrado em Enfermagem) – Universidade Federal de Goiás: UFG, 2009.

SPILKA, B.; LADD, K. **The Psychology of Prayer.** New York: Guilford Press, 2013.

TILLICH. P. **Teologia Sistemática.** São Leopoldo: Sinodal, 2002.

WINNICOTT, D. D. **Home is where we start from.** New York/London: W.W. Norton & Company, 1986.