

FACULDADE TEOLÓGICA BATISTA DE SÃO PAULO - FTBSP

CRISTIANE DE SOUZA MARTINS

**NEUROPSICANÁLISE E ORAÇÃO:
UMA ANÁLISE BIBLIOGRÁFICA SOBRE REGULAÇÃO EMOCIONAL E SAÚDE
MENTAL**

São Paulo

2026

CRISTIANE DE SOUZA MARTINS

**NEUROPSICANÁLISE E ORAÇÃO:
UMA ANÁLISE BIBLIOGRÁFICA SOBRE REGULAÇÃO EMOCIONAL E SAÚDE
MENTAL**

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado à
Faculdade Teológica Batista de São Paulo - FTBSP,
como requisito parcial para obtenção do título de
Bacharel em Teologia.

Orientador: Prof. Dr. Abner Morillas

São Paulo

2026

FICHA CATALOGRÁFICA

Martins, Cristiane de Souza.

Neuropsicanálise e oração: uma análise bibliográfica sobre regulação emocional e saúde mental. / Cristiane de Souza Martins. – São Paulo: Faculdade Teológica Batista, 2026.

40 f.

Trabalho de Conclusão de Curso (Bacharel em Teologia) - Faculdade Teológica Batista de São Paulo.

Orientador: Prof. Dr. Abner Morillas.

FOLHA DE APROVAÇÃO

CRISTIANE DE SOUZA MARTINS

**NEUROPSICANÁLISE E ORAÇÃO:
UMA ANÁLISE BIBLIOGRÁFICA SOBRE REGULAÇÃO EMOCIONAL E SAÚDE
MENTAL**

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado à Faculdade Teológica Batista de São Paulo - FTBSP, como requisito parcial para obtenção do título de Bacharel em Teologia.

Aprovado em: ____/____/____

BANCA EXAMINADORA

Prof. Dr. Abner Morillas
Orientador

Professor Examinador

Professor Examinador

DEDICATÓRIA

Dedico este trabalho primeiramente a Deus, fonte de força, sabedoria e esperança durante toda esta caminhada acadêmica.

Dedico especialmente ao meu esposo, Pastor Jaime João da Silva, pelo apoio, incentivo, amor e companheirismo em todos os momentos desta trajetória.

Aos meus filhos, Enzo Samuel, Davi, Noah Levi e Kaleb, que são parte essencial da minha vida e inspiração diária para continuar caminhando com fé, dedicação e perseverança.

Dedico ainda este trabalho a todas as pessoas que enfrentam sofrimentos emocionais e buscam, na espiritualidade e no cuidado humano, caminhos de acolhimento, esperança e reconstrução.

AGRADECIMENTOS

Agradeço primeiramente a Deus, por sustentar minha caminhada e conceder sabedoria, força e perseverança para concluir esta etapa tão importante.

Agradeço especialmente ao meu esposo, Pastor Jaime João da Silva, pelo amor, incentivo, paciência e apoio constante durante toda esta caminhada acadêmica.

Aos meus filhos, Enzo Samuel, Davi, Noah Levi e Kaleb, pela compreensão, carinho e por serem minha motivação diária para seguir firme em meus propósitos.

Ao Prof. Dr. Abner Morillas, pela orientação cuidadosa, pelas contribuições acadêmicas e pelo incentivo ao desenvolvimento desta pesquisa.

Aos professores da Faculdade Teológica Batista de São Paulo, pelos conhecimentos compartilhados ao longo da graduação.

A todos que, de alguma forma, contribuíram para a realização deste trabalho.

EPÍGRAFE

“Conhecereis a verdade, e a verdade vos libertará.”

João 8:32

RESUMO

A presente pesquisa analisa as contribuições da neuropsicanálise para a compreensão da oração como experiência simbólica associada à regulação emocional e à saúde mental. O estudo parte da crescente preocupação contemporânea com o sofrimento psíquico e da necessidade de abordagens interdisciplinares capazes de integrar aspectos biológicos, emocionais, subjetivos e espirituais da experiência humana. Trata-se de uma pesquisa qualitativa, exploratória e bibliográfica, desenvolvida por meio de revisão narrativa da literatura. Foram utilizados referenciais teóricos das áreas da neuropsicanálise, psicanálise, neurociência, espiritualidade cristã e cuidado pastoral. O estudo evidencia que a oração pode ser compreendida não apenas como prática religiosa, mas também como experiência relacional, simbólica e subjetiva, associada à elaboração emocional e à construção de sentido diante do sofrimento humano. A neuropsicanálise contribui para essa compreensão ao reconhecer a centralidade das emoções, dos afetos e da subjetividade na constituição psíquica do indivíduo. A pesquisa também discute os limites e as possibilidades da integração entre fé e ciência, criticando perspectivas reducionistas que explicam a espiritualidade exclusivamente por fatores biológicos ou religiosos. Conclui-se que a oração pode participar dos processos subjetivos de regulação emocional e enfrentamento do sofrimento, sem substituir cuidados psicológicos, psiquiátricos ou terapêuticos quando necessários. Dessa forma, o estudo contribui para a ampliação das discussões acadêmicas relacionadas à espiritualidade, subjetividade e saúde mental.

Palavras-chave: Neuropsicanálise. Oração. Saúde mental. Espiritualidade. Regulação emocional.

ABSTRACT

This research analyzes the contributions of neuropsychanalysis to the understanding of prayer as a symbolic experience associated with emotional regulation and mental health. The study is based on the growing contemporary concern regarding psychological suffering and the need for interdisciplinary approaches capable of integrating biological, emotional, subjective and spiritual aspects of human experience. The research has a qualitative, exploratory and bibliographic approach, developed through narrative literature review. Theoretical references from the fields of neuropsychanalysis, psychoanalysis, neuroscience, Christian spirituality and pastoral care were used. The study demonstrates that prayer can be understood not only as a religious practice, but also as a relational, symbolic and subjective experience associated with emotional elaboration and meaning construction in the face of human suffering. Neuropsychanalysis contributes to this understanding by recognizing the centrality of emotions, affects and subjectivity in the psychic constitution of the individual. The research also discusses the limits and possibilities of integrating faith and science, criticizing reductionist perspectives that explain spirituality exclusively through biological or religious factors. It is concluded that prayer may participate in subjective processes of emotional regulation and coping with suffering, without replacing psychological, psychiatric or therapeutic care when necessary.

Keywords: Neuropsychanalysis. Prayer. Mental health. Spirituality. Emotional regulation.

LISTA DE ABREVIATURAS E SIGLAS

ABNT – Associação Brasileira de Normas Técnicas

FTBSP – Faculdade Teológica Batista de São Paulo

OMS – Organização Mundial da Saúde

TCC – Trabalho de Conclusão de Curso

SUMÁRIO

1 INTRODUÇÃO	1
2 FUNDAMENTOS DA NEUROPSICANÁLISE E DA SAÚDE MENTAL	4
2.1 Origem da neuropsicanálise	4
2.2 Psicanálise e neurociência	6
2.3 Emoções, inconsciente e simbolização	7
2.4 Regulação emocional e sofrimento psíquico	8
2.5 Críticas ao reducionismo biológico	10
3 ORAÇÃO, ESPIRITUALIDADE E EXPERIÊNCIA SIMBÓLICA	11
3.1 A oração na tradição cristã	11
3.2 Espiritualidade e subjetividade humana	12
3.3 Oração como experiência relacional	13
3.4 Oração e elaboração emocional	14
3.5 Cuidado pastoral e saúde mental	16
4 CONTRIBUIÇÕES DA NEUROPSICANÁLISE PARA A COMPREENSÃO DA ORAÇÃO	17
4.1 Oração e processos emocionais	17
4.2 Simbolização e elaboração do sofrimento	18
4.3 Espiritualidade e construção de sentido	19
4.4 Possíveis relações entre oração e regulação emocional	20
4.5 Limites e possibilidades da integração entre fé e ciência	22
5 DISCUSSÃO E ANÁLISE INTERDISCIPLINAR	23
5.1 Implicações para o cuidado pastoral	26
5.2 Implicações para a pesquisa acadêmica	27
6 CONSIDERAÇÕES FINAIS	27
REFERÊNCIAS	29

1 INTRODUÇÃO

A crescente preocupação com o sofrimento psíquico na contemporaneidade tem impulsionado pesquisas que buscam compreender a saúde mental de maneira mais ampla, considerando não apenas aspectos biológicos e cognitivos, mas também dimensões emocionais, sociais, subjetivas e espirituais. O aumento dos índices de ansiedade, depressão, esgotamento emocional e sofrimento existencial evidencia a necessidade de abordagens interdisciplinares capazes de compreender o ser humano em sua integralidade.

Nesse contexto, a espiritualidade tem despertado crescente interesse no campo acadêmico e clínico, especialmente no que se refere às possíveis relações entre práticas espirituais, elaboração emocional e saúde mental. Entre essas práticas, a oração ocupa lugar significativo dentro da tradição cristã, sendo compreendida por muitos indivíduos como experiência de acolhimento, busca de sentido, enfrentamento do sofrimento e fortalecimento emocional.

A neuropsicanálise, ao propor um diálogo entre psicanálise e neurociência, oferece importantes contribuições para a investigação dos processos emocionais, inconscientes e simbólicos envolvidos na experiência humana. Segundo Solms e Turnbull (2004), a mente humana não pode ser compreendida apenas a partir de processos neurobiológicos isolados, pois emoções, afetos e subjetividade ocupam posição central na constituição psíquica do sujeito.

Conforme afirmam Solms e Turnbull (2004, p. 89), “a consciência humana está profundamente ligada aos afetos e às experiências emocionais”, evidenciando que a subjetividade ocupa posição central na constituição psíquica do indivíduo.

Conforme Damásio (2012), emoção e razão encontram-se profundamente integradas, influenciando diretamente os processos de tomada de decisão, adaptação e organização subjetiva. Tal compreensão reforça a necessidade de abordagens interdisciplinares capazes de integrar aspectos biológicos, emocionais e existenciais da experiência humana.

A presente pesquisa parte da compreensão de que a oração, enquanto prática espiritual e relacional, pode apresentar possíveis relações com processos de regulação emocional e saúde mental, especialmente quando analisada sob perspectiva interdisciplinar. Entretanto, não se pretende afirmar relações causais absolutas entre oração e melhora psíquica, mas investigar criticamente como a neuropsicanálise pode contribuir para a compreensão da oração como experiência simbólica associada à subjetividade humana.

O problema central desta pesquisa consiste em compreender: como a neuropsicanálise pode contribuir para a compreensão da oração como experiência simbólica associada à regulação emocional e a saúde mental?

O objetivo geral desta pesquisa é analisar, a partir de revisão bibliográfica, como a neuropsicanálise pode contribuir para a compreensão da oração como experiência simbólica associada à regulação emocional e a saúde mental. Como objetivos específicos, busca-se apresentar os fundamentos da neuropsicanálise; compreender a oração como experiência simbólica e relacional; analisar, na literatura selecionada, como oração tem sido discutida em interface com a saúde mental; e analisar limites e contribuições da integração entre espiritualidade e neuropsicanálise.

A metodologia utilizada caracteriza-se como pesquisa bibliográfica, qualitativa, exploratória e analítica, desenvolvida por meio de revisão narrativa da literatura. Serão utilizados livros, artigos científicos, produções acadêmicas e referenciais teóricos das áreas da neuropsicanálise, psicanálise, neurociência, espiritualidade cristã e cuidado pastoral.

A pesquisa se justifica pela crescente necessidade de reflexões interdisciplinares acerca da relação entre espiritualidade, saúde mental e subjetividade humana. Em um contexto marcado pelo aumento significativo dos transtornos emocionais, torna-se relevante investigar práticas e experiências humanas que possam contribuir para compreensão mais ampla do sofrimento psíquico e das formas de enfrentamento emocional.

1.1 Fundamentação teórica e delimitação da pesquisa

O presente estudo fundamenta-se em referenciais teóricos das áreas da neuropsicanálise, psicanálise, neurociência, espiritualidade cristã, psicologia da religião e cuidado pastoral. A proposta teórica busca promover diálogo interdisciplinar entre diferentes campos do conhecimento, reconhecendo a complexidade da subjetividade humana e das experiências relacionadas à saúde mental.

No campo da neuropsicanálise, destacam-se as contribuições de Mark Solms, considerado um dos principais representantes dessa abordagem interdisciplinar. Seus estudos possibilitam compreender a centralidade das emoções, dos afetos e da subjetividade na constituição da consciência humana.

Na psicanálise, foram utilizadas contribuições de Sigmund Freud, Donald Winnicott e Carl Gustav Jung, especialmente relacionadas ao inconsciente, simbolização, elaboração emocional e construção subjetiva do sofrimento. No âmbito da neurociência, as contribuições de Antonio Damásio auxiliam na compreensão das relações entre emoções, razão e funcionamento cerebral.

A pesquisa delimita-se à análise bibliográfica das interfaces entre oração, neuropsicanálise, regulação emocional e saúde mental, a partir de referenciais teóricos das áreas da psicanálise, neurociência, espiritualidade cristã e cuidado pastoral. Não se pretende discutir práticas religiosas específicas, doutrinas denominacionais ou comprovações sobrenaturais relacionadas à fé.

A análise foi realizada de maneira interpretativa e crítica, buscando identificar aproximações e limites existentes entre fé, espiritualidade, oração e ciência. A pesquisa não pretende estabelecer relações causais absolutas entre oração e saúde mental, mas compreender de forma interdisciplinar como experiências espirituais podem participar dos processos subjetivos de elaboração emocional e construção de sentido.

2 FUNDAMENTOS DA NEUROPSICANÁLISE E DA SAÚDE MENTAL

2.1 Origem da neuropsicanálise

A origem da neuropsicanálise deve ser compreendida como parte de um movimento mais amplo de retomada do diálogo entre mente e cérebro. Ao longo da história da psicologia e da medicina, muitas tentativas buscaram explicar o sofrimento psíquico apenas por causas orgânicas ou, em sentido oposto, apenas por interpretações subjetivas. A neuropsicanálise procura superar essa divisão ao reconhecer que o psiquismo humano envolve simultaneamente processos corporais, afetivos, simbólicos e relacionais.

Essa aproximação torna-se relevante porque a experiência humana não ocorre de modo fragmentado. O indivíduo sente, interpreta, recorda, deseja, sofre e constrói sentido a partir de uma organização complexa que envolve cérebro, corpo, linguagem, memória e vínculos afetivos. Assim, a neuropsicanálise não elimina a psicanálise nem reduz o inconsciente a uma estrutura cerebral, mas busca compreender como processos emocionais e subjetivos se articulam às bases neurobiológicas da experiência.

No contexto deste trabalho, tal perspectiva é especialmente importante porque permite analisar a oração sem reduzi-la a uma reação química ou a um simples ritual religioso. A oração pode ser compreendida como experiência vivida por um sujeito que sente, simboliza, sofre, espera

e constrói significados diante de suas dores. Dessa forma, a neuropsicanálise oferece instrumentos teóricos para pensar a oração como fenômeno complexo, situado entre a experiência emocional, simbólica e espiritual.

A neuropsicanálise surgiu como campo interdisciplinar voltado à aproximação entre psicanálise e neurociência, buscando compreender de maneira mais ampla os processos emocionais, inconscientes e subjetivos envolvidos na experiência humana. Seu desenvolvimento representa uma tentativa de superar a histórica separação entre os estudos da mente realizados pela psicanálise e as investigações biológicas desenvolvidas pelas neurociências.

Historicamente, a psicanálise, desenvolvida por Sigmund Freud, concentrou-se na investigação dos processos inconscientes, dos conflitos psíquicos e da constituição subjetiva do indivíduo. Freud inicialmente possuía interesse pela neurologia e chegou a considerar a possibilidade de fundamentar biologicamente suas formulações teóricas. Entretanto, diante das limitações científicas de sua época, voltou-se predominantemente para a investigação clínica e simbólica do psiquismo humano.

Com o avanço das neurociências ao longo do século XX, especialmente nas áreas relacionadas às emoções, memória, comportamento e funcionamento cerebral, surgiu novamente o interesse em estabelecer diálogo entre mente e cérebro. Nesse contexto, a neuropsicanálise emerge como proposta integradora entre os conhecimentos neurocientíficos contemporâneos e as contribuições teóricas da psicanálise.

O principal nome associado à consolidação da neuropsicanálise é Mark Solms, pesquisador sul-africano que defende a importância de integrar os estudos neurocientíficos às formulações psicanalíticas sobre subjetividade, emoções e inconsciente. Para Solms (2018), a experiência emocional ocupa posição central no funcionamento mental humano, sendo impossível compreender plenamente a mente sem considerar os afetos e os processos subjetivos.

A relevância da neuropsicanálise para o presente estudo encontra-se justamente em sua capacidade de promover diálogo entre diferentes áreas do conhecimento. Ao investigar os processos emocionais, simbólicos e inconscientes envolvidos na experiência humana, esse campo possibilita reflexões importantes acerca da oração enquanto prática espiritual e relacional associada à subjetividade e à elaboração emocional.

2.2 Psicanálise e neurociência

O diálogo entre psicanálise e neurociência exige reconhecer as especificidades metodológicas de cada campo. A psicanálise trabalha com a escuta, a linguagem, os sintomas, os afetos e a história subjetiva do sujeito. A neurociência, por sua vez, investiga estruturas, funções e processos cerebrais envolvidos nas emoções, na memória, na atenção e no comportamento. A neuropsicanálise não propõe que uma área substitua a outra, mas que ambas possam contribuir para uma compreensão mais ampla da experiência humana.

Esse diálogo torna-se especialmente relevante diante dos limites de explicações unilaterais. Uma leitura exclusivamente neurobiológica pode identificar circuitos cerebrais relacionados à ansiedade, mas nem sempre consegue compreender o significado subjetivo da angústia para determinado indivíduo. Por outro lado, uma leitura exclusivamente simbólica pode deixar de considerar a importância do corpo, da memória emocional e dos processos neurofisiológicos presentes no sofrimento psíquico.

Dessa forma, a articulação entre psicanálise e neurociência fortalece a investigação sobre a oração e a regulação emocional, pois permite considerar tanto os processos afetivos quanto as dimensões simbólicas envolvidas na experiência espiritual. A oração pode ser vivida como expressão de medo, esperança, dependência, gratidão ou busca de amparo, mobilizando dimensões subjetivas que não se explicam de modo isolado.

A relação entre psicanálise e neurociência constitui um dos principais fundamentos da neuropsicanálise contemporânea. Durante muitos anos, essas áreas foram compreendidas como campos distintos e até mesmo incompatíveis, uma vez que a psicanálise privilegiava a investigação subjetiva e simbólica da experiência humana, enquanto a neurociência concentrava-se na análise biológica e funcional do cérebro.

A psicanálise, fundada por Sigmund Freud, desenvolveu importantes contribuições para a compreensão do inconsciente, dos conflitos emocionais e da subjetividade humana. Freud compreendia que grande parte dos processos psíquicos ocorre de maneira inconsciente, influenciando pensamentos, sentimentos e comportamentos.

Com o desenvolvimento das neurociências no século XX, especialmente nas áreas ligadas à neuroimagem, memória, emoções e comportamento, tornou-se possível investigar aspectos anteriormente inacessíveis sobre o funcionamento cerebral humano. As neurociências passaram a

demonstrar que emoções, afetos e relações interpessoais exercem influência significativa sobre a organização neural.

Antonio Damásio contribuiu para essa compreensão ao demonstrar que emoção e razão não funcionam de maneira separada, mas integrada. Segundo Damásio (2012), os sentimentos participam diretamente dos processos de tomada de decisão, adaptação e sobrevivência humana. Dessa forma, a experiência emocional deixa de ser compreendida apenas como elemento secundário e passa a ocupar posição central no funcionamento psíquico.

Segundo Solms e Turnbull (2004), a mente não pode ser reduzida ao cérebro, mas também não pode ser compreendida ignorando sua base biológica. Assim, emoções, afetos e experiências subjetivas devem ser analisados em conjunto com os processos neurofisiológicos.

2.3 Emoções, inconsciente e simbolização

A relação entre emoção e inconsciente mostra que nem sempre o sujeito compreende imediatamente as razões de seu sofrimento. Muitos afetos emergem de experiências antigas, marcas relacionais e vivências que não foram plenamente elaboradas. A psicanálise contribui ao demonstrar que sintomas e angústias podem expressar conteúdos que permanecem fora da consciência, mas que continuam atuando na vida emocional do indivíduo.

A simbolização, nesse sentido, não é apenas um exercício intelectual, mas um processo psíquico de transformação da experiência. Ao simbolizar, o sujeito encontra formas de nomear, narrar e dar sentido ao que antes se apresentava como angústia difusa ou sofrimento sem forma. Esse processo favorece maior integração emocional, pois permite que experiências dolorosas sejam elaboradas em vez de apenas repetidas ou reprimidas.

Quando relacionada à oração, a simbolização assume uma dimensão particular. Muitas pessoas encontram na linguagem da fé uma forma de expressar dores que dificilmente seriam verbalizadas em outros espaços. A oração pode funcionar como linguagem simbólica do sofrimento, permitindo ao indivíduo apresentar diante de Deus suas angústias, culpas, medos, desejos e esperanças. Essa experiência pode favorecer organização interna, desde que não seja utilizada para negar a realidade emocional ou substituir cuidados necessários.

As emoções ocupam papel fundamental na constituição da experiência humana, influenciando comportamentos, pensamentos, relações interpessoais e processos subjetivos. Tanto a psicanálise quanto as neurociências reconhecem que os afetos exercem profunda influência sobre

o funcionamento psíquico, sendo elementos centrais na compreensão do sofrimento emocional e da saúde mental.

Na perspectiva psicanalítica, o inconsciente representa dimensão significativa da vida psíquica humana. Segundo Freud (1996), os conteúdos inconscientes exercem influência significativa sobre os comportamentos, emoções e formas de relação do sujeito com o mundo.

Nesse sentido, a psicanálise contribui significativamente para compreensão do sofrimento humano ao reconhecer que sintomas emocionais frequentemente possuem relação com conteúdo reprimidos, conflitos subjetivos e experiências afetivas não elaboradas.

A simbolização constitui elemento essencial para a elaboração emocional. Simbolizar significa atribuir sentido às experiências vividas, transformando emoções, dores e conflitos internos em conteúdos passíveis de representação psíquica. Quando o indivíduo consegue elaborar simbolicamente suas experiências emocionais, torna-se possível organizar afetos, reduzir angústias e construir novas formas de enfrentamento do sofrimento.

Para Winnicott (1975), o amadurecimento emocional depende da capacidade do indivíduo de integrar suas experiências internas e externas de maneira suficientemente organizada. O autor enfatiza que ambientes emocionalmente acolhedores favorecem a constituição saudável do self e da subjetividade.

Jung (2008) compreende que os símbolos desempenham importante função organizadora da experiência humana, permitindo ao sujeito atribuir significado às experiências emocionais e espirituais. Dessa maneira, a simbolização torna-se elemento central para elaboração psíquica do sofrimento humano.

2.4 Regulação emocional e sofrimento psíquico

A regulação emocional envolve a capacidade de lidar com sentimentos intensos sem ser completamente dominado por eles. Essa capacidade não se desenvolve de maneira isolada, mas é construída ao longo da vida, especialmente por meio das relações afetivas, das experiências de acolhimento e dos recursos simbólicos disponíveis ao sujeito. Quando esses recursos são frágeis, o sofrimento pode se manifestar por meio de ansiedade, irritabilidade, isolamento, culpa ou sensação de vazio.

Na contemporaneidade, observa-se que muitos sujeitos convivem com demandas emocionais intensas, mas possuem poucos espaços de escuta e elaboração. O ritmo acelerado da

vida, a fragilidade dos vínculos e a pressão por desempenho podem aumentar a sensação de desamparo. Nesse cenário, a saúde mental precisa ser pensada a partir de uma perspectiva ampliada, que considere não apenas sintomas, mas também história, relações, sentido de vida e espiritualidade.

A oração pode participar desses processos de regulação emocional quando se apresenta como espaço de expressão, acolhimento e reorganização subjetiva. Ao orar, o indivíduo pode nomear suas dores, reconhecer limites, expressar pedidos de ajuda e reconstruir esperança. Contudo, a oração não deve ser idealizada como solução automática, pois sua função emocional depende da forma como é vivenciada e do contexto subjetivo e religioso em que está inserida.

O sofrimento psíquico constitui uma das principais questões enfrentadas pela sociedade contemporânea, estando relacionado ao aumento significativo de quadros de ansiedade, depressão, angústia, estresse emocional e adoecimento mental. As transformações sociais, culturais e relacionais das últimas décadas têm contribuído para o surgimento de diferentes formas de sofrimento subjetivo.

A regulação emocional pode ser entendida como a capacidade do indivíduo de reconhecer, elaborar e manejar suas emoções diante das experiências da vida. Tal processo envolve mecanismos conscientes e inconscientes relacionados à forma como o sujeito interpreta situações, organiza afetos e responde emocionalmente aos acontecimentos.

Segundo Damásio (2012), as emoções desempenham função essencial na adaptação humana, influenciando diretamente o comportamento, a tomada de decisões e os vínculos sociais. Para o autor, emoção e razão não atuam separadamente, mas constituem processos integrados que participam da construção da experiência subjetiva.

Na perspectiva psicanalítica, o sofrimento psíquico está frequentemente relacionado à dificuldade de elaboração emocional de conflitos inconscientes, experiências traumáticas e conteúdos reprimidos. A ansiedade, a angústia e o sofrimento emocional não devem ser compreendidos apenas como disfunções individuais, mas como expressões subjetivas relacionadas à história emocional do sujeito.

A espiritualidade e a oração têm sido investigadas em diversos estudos acadêmicos relacionados à saúde mental e ao enfrentamento do sofrimento emocional. Entretanto, é importante ressaltar que a oração não deve ser compreendida como substituição do cuidado psicológico, psiquiátrico ou terapêutico, nem tratada como solução simplista para o sofrimento humano.

2.5 Críticas ao reducionismo biológico

A crítica ao reducionismo biológico não significa rejeição às descobertas da neurociência, mas questionamento de explicações que pretendem esgotar a experiência humana apenas na dimensão cerebral. O cérebro é indispensável para a vida psíquica, porém a experiência subjetiva inclui linguagem, cultura, vínculos, história pessoal, espiritualidade e construção de sentido. Ignorar essas dimensões empobrece a compreensão do sofrimento humano.

Da mesma forma, deve-se evitar um reducionismo espiritual que interprete todo sofrimento emocional como fraqueza de fé, pecado ou ausência de vida devocional. Esse tipo de leitura pode intensificar sentimentos de culpa e afastar o indivíduo de cuidados psicológicos e psiquiátricos necessários. Uma abordagem responsável reconhece que a pessoa humana é complexa e que o cuidado integral exige diálogo entre diferentes saberes.

Assim, o equilíbrio proposto nesta pesquisa consiste em reconhecer a importância das bases biológicas sem reduzir o sujeito ao cérebro, e reconhecer a importância da espiritualidade sem transformar a fé em explicação única para a saúde mental. Essa postura crítica permite compreender a oração como experiência significativa, mas situada dentro de uma rede mais ampla de fatores emocionais, relacionais e existenciais.

Os avanços das neurociências nas últimas décadas contribuíram significativamente para a compreensão do funcionamento cerebral, das emoções e dos processos relacionados à saúde mental. Entretanto, juntamente com essas contribuições, surgiram também críticas relacionadas ao chamado reducionismo biológico, perspectiva que busca explicar a complexidade da experiência humana exclusivamente a partir de fatores neuroquímicos e funcionamentos cerebrais.

O reducionismo biológico compreende o ser humano prioritariamente como organismo biológico, reduzindo emoções, comportamentos, subjetividade e experiências existenciais a processos fisiológicos do cérebro. Embora a dimensão biológica seja fundamental para a compreensão da saúde mental, tal abordagem se torna limitada quando desconsidera aspectos emocionais, relacionais, culturais, simbólicos e espirituais da existência humana.

A neuropsicanálise surge justamente como proposta crítica às perspectivas reducionistas, buscando integrar contribuições da neurociência e da psicanálise sem eliminar a complexidade subjetiva da experiência humana. Solms (2018) argumenta que emoções e afetos constituem elementos centrais da consciência humana, sendo impossível compreender integralmente a mente sem considerar a experiência subjetiva dos indivíduos.

A oração, por exemplo, não pode ser compreendida apenas como atividade neurológica ou mecanismo biológico automático. A experiência da oração envolve construção subjetiva de sentido, relação com o transcendente, elaboração emocional e expressão simbólica da experiência humana.

Dessa forma, a crítica ao reducionismo biológico não representa rejeição às neurociências, mas defesa de uma compreensão mais ampla e integrada do ser humano. A articulação entre neurociência, psicanálise, espiritualidade e cuidado pastoral possibilita abordagem mais complexa da subjetividade humana. A partir dessa perspectiva integrativa, torna-se necessário compreender a oração e a espiritualidade em sua dimensão simbólica e subjetiva, aspectos que serão abordados no próximo capítulo.

3 ORAÇÃO, ESPIRITUALIDADE E EXPERIÊNCIA SIMBÓLICA

3.1 A oração na tradição cristã

Na tradição cristã, a oração é frequentemente compreendida como expressão de dependência, confiança e comunhão com Deus. Ela aparece nas Escrituras como prática presente em momentos de alegria, arrependimento, crise, gratidão e sofrimento. Essa diversidade demonstra que a oração não se limita a uma fórmula ritual, mas acompanha a vida humana em suas diferentes dimensões emocionais e espirituais.

Os salmos, por exemplo, revelam uma linguagem profundamente afetiva. No Salmo 13, o salmista expressa angústia e sensação de abandono, enquanto o Salmo 23 apresenta confiança e segurança em Deus. Esses exemplos demonstram como a oração bíblica pode expressar diferentes estados emocionais diante de Deus. Essa dimensão mostra que a fé bíblica não nega as emoções, mas oferece um espaço simbólico para que elas sejam nomeadas e apresentadas. A oração, portanto, pode ser compreendida como uma forma de linguagem da alma diante do sofrimento.

Essa compreensão é relevante para o presente estudo porque aproxima a oração da experiência emocionais vivenciadas pelo indivíduo. O ato de orar envolve memória, afeto, imaginação, crença, vínculo e expectativa. Dessa forma, a oração pode ser analisada como prática espiritual que se relaciona com processos emocionais e simbólicos sem perder sua especificidade teológica.

A oração ocupa posição central na tradição cristã, sendo compreendida historicamente como prática de relacionamento entre o ser humano e Deus. Ao longo da história do cristianismo,

diferentes tradições cristãs, como a católica, a ortodoxa e a protestante, desenvolveram distintas compreensões e práticas relacionadas à oração.

Nas Escrituras Sagradas, a oração aparece associada a diferentes experiências humanas, incluindo sofrimento, gratidão, angústia, arrependimento, esperança e busca de direção espiritual. (1SM1,10-18; MT 26,36-44; Lc 1,46-55). Em diversos relatos bíblicos, a oração constitui espaço de expressão emocional diante das limitações, dores e vulnerabilidades da existência humana.

No cristianismo, a oração frequentemente é entendida como experiência relacional, marcada pelo diálogo, pela escuta e pela busca de proximidade com o transcendente. Segundo Pargament (2013), a religião e a espiritualidade podem constituir recursos de enfrentamento diante de situação de sofrimento, contribuindo para o conforto emocional e para a construção de sentido.

Entretanto, é importante destacar que a compreensão acadêmica da oração exige cautela metodológica e crítica científica. O presente estudo não pretende afirmar a oração como solução absoluta para o sofrimento psíquico nem substituir práticas terapêuticas, psicológicas ou psiquiátricas.

3.2 Espiritualidade e subjetividade humana

A espiritualidade participa da subjetividade porque influencia a forma como o indivíduo interpreta a vida, o sofrimento, as perdas e as possibilidades de recomeço. Para muitas pessoas, a fé oferece uma narrativa de sentido que permite compreender a existência para além da dor imediata. Nesse sentido, Frankl (2008) destaca a busca de sentido como dimensão fundamental da existência humana, especialmente diante de experiências de sofrimento.

A subjetividade, entretanto, não é homogênea. Cada pessoa vivencia a espiritualidade de forma singular, a partir de sua história, seus vínculos, suas experiências religiosas e suas marcas emocionais. Nessa perspectiva, Jung (2008) compreende a dimensão simbólica como aspecto relevante da experiência psíquica, considerando símbolos, significados e experiências religiosas como elementos presentes na constituição da experiência humana.

Quando integrada ao cuidado ético, a espiritualidade pode contribuir para fortalecer recursos internos de enfrentamento. Entretanto, quando vivida sob medo, culpa excessiva ou rigidez, pode também gerar sofrimento. Essa ambivalência reforça a necessidade de uma

abordagem acadêmica crítica, capaz de reconhecer tanto as possibilidades quanto os limites da experiência espiritual, especialmente em sua relação com a saúde mental (PARGAMENT, 2008).

A espiritualidade constitui dimensão significativa da experiência humana, estando relacionada à busca de sentido, transcendência, pertencimento e compreensão da existência. No contexto contemporâneo, experiências espirituais podem participar dos modos pelos quais os indivíduos procuram elaborar emocionalmente suas dores e conflitos existenciais (FRANKL, 2008).

A subjetividade humana refere-se à maneira singular pela qual cada indivíduo experiencia a si mesmo, suas emoções, seus vínculos e sua relação com o mundo. A constituição subjetiva é marcada por experiências afetivas, culturais, relacionais e simbólicas. Na perspectiva de Jung (2008), a dimensão espiritual e simbólica ocupa papel relevante na experiência psíquica, estando relacionada à busca de transcendência, significado e às experiências religiosas presentes na cultura humana.

Segundo Frankl (2008), a busca de sentido representa uma dimensão fundamental da existência humana. O autor relaciona o sofrimento existencial à experiência de vazio e à perda de significado diante da vida. A espiritualidade, nesse contexto, pode constituir um recurso de construção de sentido diante de experiências humanas de sofrimento, angústia e finitude.

3.3 Oração como experiência relacional

Compreender a oração como experiência relacional significa reconhecer que ela envolve a percepção de um interlocutor transcendente. Para a fé cristã, a oração não é apenas fala interior, mas diálogo com Deus. Do ponto de vista psicológico e simbólico, essa experiência pode favorecer sensação de amparo, escuta e pertencimento, especialmente em momentos de vulnerabilidade emocional.

A relação estabelecida na oração pode funcionar como espaço de reorganização interna, pois o sujeito expressa afetos diante de uma presença percebida como acolhedora. Essa experiência pode reduzir a sensação de isolamento, permitindo que dores silenciosas encontrem uma forma de

expressão. Em termos psíquicos, a oração pode atuar como mediação simbólica entre sofrimento, esperança e sentido.

É necessário, porém, reconhecer que essa experiência não ocorre de maneira automática ou uniforme. A oração pode ser fonte de acolhimento quando associada à confiança e à esperança, mas pode tornar-se fonte de angústia quando marcada por medo, cobrança ou culpa. Por isso, sua análise exige sensibilidade teológica, psicológica e pastoral.

A oração pode ser compreendida não apenas como prática religiosa ou ritual devocional, mas também como experiência relacional profundamente vinculada à subjetividade humana. Dessa maneira, a prática da oração ultrapassa dimensões meramente litúrgicas, podendo assumir funções simbólicas relacionadas ao acolhimento emocional, à elaboração afetiva e à construção de significado diante das experiências de sofrimento.

A dimensão relacional da oração está presente em diversas tradições cristãs, nas quais o ato de orar é entendido como aproximação do indivíduo com Deus. Nesse contexto, a oração frequentemente envolve expressão de emoções, desejos, medos, angústias, gratidão e esperança.

Na perspectiva psicanalítica, as relações humanas ocupam papel fundamental na constituição subjetiva do indivíduo. Winnicott (1975) compreende que o desenvolvimento emocional saudável ocorre por meio de experiências relacionais suficientemente acolhedoras e seguras.

A oração pode ser compreendida, em determinados contextos, como experiência relacional associada à busca de acolhimento emocional e segurança subjetiva. A percepção da presença divina pode favorecer sentimentos de esperança, confiança e fortalecimento emocional diante das experiências de sofrimento.

3.4 Oração e elaboração emocional

A elaboração emocional por meio da oração pode ocorrer quando o indivíduo encontra espaço para reconhecer sentimentos que, em outras circunstâncias, poderiam ser negados ou reprimidos. Ao apresentar sua dor em oração, a pessoa pode organizar internamente experiências de perda, frustração, medo ou culpa, atribuindo-lhes significado dentro de sua história de fé.

Esse processo aproxima-se da função simbólica descrita pela psicanálise, pois a dor deixa de ser apenas sensação bruta e passa a ser narrada, nomeada e integrada a uma compreensão maior

da existência. A oração, nesse sentido, pode favorecer um movimento de passagem da angústia sem forma para uma experiência emocional mais organizada.

Contudo, a elaboração emocional não deve ser confundida com negação do sofrimento. Uma espiritualidade madura não exige que a pessoa esconda sua dor, mas permite que ela seja reconhecida diante de Deus e, quando necessário, compartilhada em espaços de cuidado psicológico, pastoral e comunitário. Essa integração é essencial para evitar práticas religiosas que reprimam emoções em vez de elaborá-las.

A elaboração emocional constitui processo fundamental para a saúde mental e para o desenvolvimento psíquico humano. Tal processo refere-se à capacidade do indivíduo de reconhecer, expressar, simbolizar e integrar emocionalmente suas experiências, especialmente aquelas relacionadas ao sofrimento, às perdas, aos conflitos internos e às situações traumáticas.

Na perspectiva psicanalítica, a elaboração emocional está diretamente relacionada aos processos inconscientes e à capacidade de simbolização. Freud (1996) compreendia que conteúdos emocionais reprimidos podem continuar produzindo sofrimento psíquico mesmo quando não estão acessíveis à consciência.

Nesse contexto, a oração pode ser compreendida, em determinados casos, como espaço simbólico de elaboração emocional. Durante a experiência da oração, o indivíduo frequentemente expressa sentimentos de medo, angústia, culpa, esperança, gratidão e sofrimento. Tal movimento pode favorecer organização emocional e construção subjetiva de sentido diante das experiências vividas.

Entretanto, é necessário evitar compreensões simplistas acerca da espiritualidade e da oração. Nem toda experiência religiosa produz automaticamente elaboração emocional saudável. Em alguns contextos, práticas religiosas podem ser vivenciadas de forma culpabilizadora, repressiva ou emocionalmente adoecedora.

3.5 Cuidado pastoral e saúde mental

O cuidado pastoral contemporâneo precisa dialogar com as demandas da saúde mental, pois muitas pessoas buscam em líderes religiosos o primeiro espaço de escuta diante de crises emocionais. Esse fato exige preparo, sensibilidade e responsabilidade ética, uma vez que interpretações inadequadas podem agravar o sofrimento ou retardar a busca por tratamento especializado.

Um cuidado pastoral saudável reconhece que a fé pode fortalecer, mas não deve ser usada para culpabilizar. A escuta pastoral precisa acolher a pessoa em sua totalidade, considerando suas emoções, sua história, seus vínculos, sua espiritualidade e suas necessidades clínicas quando existirem. Esse tipo de cuidado aproxima-se de uma compreensão integral do ser humano.

As obras de Morillas contribuem significativamente para esse debate ao enfatizar a importância da relação de ajuda pastoral e da cura da alma em diálogo com a realidade emocional do sujeito. Essa perspectiva permite que a espiritualidade seja vivida como dimensão de cuidado, e não como instrumento de negação do sofrimento psíquico.

O cuidado pastoral ocupa papel relevante na tradição cristã, especialmente no acolhimento das dores humanas, no acompanhamento espiritual e na assistência às pessoas em situações de sofrimento emocional, existencial e relacional. Ao longo da história do cristianismo, o cuidado pastoral foi compreendido como expressão prática do amor, da escuta, da empatia e do acompanhamento daqueles que enfrentam diferentes formas de sofrimento.

Segundo Nouwen (2011), o cuidado pastoral não se fundamenta apenas em respostas prontas para o sofrimento humano, mas principalmente na capacidade de acolher, escutar e caminhar junto àqueles que enfrentam dores emocionais e existenciais.

Segundo Nouwen (2011), a experiência humana é atravessada pela vulnerabilidade e pelo sofrimento, razão pela qual o cuidado pastoral requer empatia, sensibilidade, escuta e disposição para acolher e acompanhar aqueles que enfrentam dores emocionais e existenciais.

Larry Crabb (2006) afirma que o aconselhamento cristão deve considerar simultaneamente aspectos emocionais, espirituais e relacionais da existência humana. Para o autor, o sofrimento emocional não deve ser interpretado apenas como ausência de fé, mas compreendido dentro da complexidade da experiência humana.

Segundo Morillas (2021a), o cuidado da alma exige compreensão integral do ser humano, considerando suas dimensões emocionais, espirituais, relacionais e existenciais. Dessa forma, o sofrimento humano não pode ser reduzido apenas a aspectos espirituais nem compreendido exclusivamente sob perspectiva psicológica ou biológica.

Assim, o cuidado pastoral pode contribuir significativamente para a promoção da saúde emocional quando fundamentado na escuta ética, no acolhimento, na empatia e na compreensão integral do ser humano.

4 CONTRIBUIÇÕES DA NEUROPSICANÁLISE PARA A COMPREENSÃO DA ORAÇÃO

4.1 Oração e processos emocionais

A prática da oração pode envolver diferentes processos emocionais, relacionados a lembranças, expectativas, medos, pedidos, gratidão e esperança. Ao orar, o sujeito não apenas pronuncia palavras, mas coloca em movimento afetos que compõem sua experiência interna. Por isso, a oração pode ser analisada como prática que atravessa dimensões cognitivas, emocionais, relacionais e espirituais.

Na perspectiva da neuropsicanálise, conforme discutida por Solms (2018), os afetos não são elementos periféricos da vida mental. Eles estruturam a forma como o sujeito percebe a si mesmo, interpreta o mundo e responde às situações de sofrimento. Assim, práticas que favorecem expressão e organização afetiva podem ter relevância para a compreensão da regulação emocional.

A prática da oração pode construir um espaço de expressão emocional relevante para pessoas que encontram dificuldade em verbalizar suas dores em outros contextos. Ao dirigir-se a Deus, o indivíduo pode acessar sentimentos profundos e reorganizar internamente sua experiência, construindo novas possibilidades de enfrentamento.

A relação entre oração e processos emocionais pode ser examinada de forma interdisciplinar, considerando contribuições de áreas como espiritualidade, neurociência, psicologia da religião e saúde mental. Essa perspectiva possibilita uma compreensão mais ampla das experiências humanas relacionadas à fé, às emoções e à subjetividade.

Na perspectiva da neuropsicanálise, as emoções ocupam posição central na constituição da mente humana. Conforme Solms (2018), os afetos representam elementos fundamentais da consciência e do funcionamento psíquico. Para o autor, não é possível compreender integralmente a experiência humana sem considerar os processos emocionais envolvidos na subjetividade, nas relações e na construção de significado.

A oração pode ser compreendida, no âmbito desta pesquisa, como uma prática religiosa que também mobiliza dimensões emocionais e simbólicas da experiência humana. Durante a oração, o indivíduo frequentemente expressa sentimentos relacionados ao medo, esperança, culpa, angústia, gratidão, sofrimento e desejo de acolhimento. Tal experiência pode favorecer organização emocional e elaboração subjetiva das experiências vividas.

Segundo Frankl (2008), a busca de sentido representa necessidade fundamental da existência humana, especialmente diante das experiências de sofrimento e vazio existencial.

Para Frankl (2008, p. 112), “quem tem um porquê enfrenta quase qualquer como”, demonstrando que a construção de significado pode exercer importante influência sobre os modos de enfrentamento emocional e existencial do sofrimento humano.

Para Jung (2008), símbolos religiosos exercem importante função organizadora do psiquismo humano, permitindo ao sujeito elaborar emocionalmente conteúdos inconscientes relacionados ao medo, à culpa, à esperança e ao sofrimento. Dessa forma, a oração pode favorecer processos de reorganização subjetiva e elaboração emocional.

De acordo com Morillas (2021a), o cuidado da alma exige compreensão integral do ser humano, considerando simultaneamente suas dimensões emocionais, espirituais e relacionais. O autor destaca que a espiritualidade pode atuar como importante recurso de acolhimento emocional quando associada à escuta, à empatia e ao cuidado pastoral ético.

4.2 Simbolização e elaboração do sofrimento

A simbolização do sofrimento permite que experiências dolorosas sejam integradas à narrativa de vida do sujeito. Sem simbolização, a dor pode permanecer como experiência repetitiva, difusa e desorganizadora. Por meio de símbolos, palavras e narrativas, o indivíduo constrói formas de compreender aquilo que viveu e de elaborar afetos ligados à perda, medo ou culpa.

A oração pode integrar esse processo de simbolização ao oferecer uma linguagem simbólica para a expressão do sofrimento. Expressões como entrega, confiança, clamor, descanso e esperança não são apenas conceitos religiosos, mas também formas de nomear estados emocionais complexos. A linguagem espiritual pode contribuir para a organização e elaboração de sentimentos que anteriormente se apresentavam de modo confuso.

Dessa forma, a oração não deve ser reduzida a uma técnica emocional, mas também não deve ser excluída das discussões sobre subjetividade. Ela pode ser compreendida como prática espiritual que, em determinados contextos, auxilia na elaboração simbólica do sofrimento e na reconstrução de sentido diante da vulnerabilidade humana.

A simbolização constitui processo fundamental para a constituição psíquica humana e para a elaboração do sofrimento emocional. Na perspectiva psicanalítica, simbolizar significa transformar experiências internas, afetos e conflitos em conteúdos passíveis de representação e significado.

O sofrimento psíquico frequentemente está relacionado à dificuldade de elaboração emocional de experiências traumáticas, perdas, conflitos internos e vivências emocionalmente intensas. Quando determinados conteúdos não conseguem ser simbolizados adequadamente, podem surgir sintomas emocionais, sentimentos de angústia, ansiedade e desorganização subjetiva.

A neuropsicanálise amplia essa compreensão ao reconhecer que emoções e afetos exercem papel central no funcionamento mental humano. Conforme Solms (2018), os processos emocionais participam diretamente da organização da consciência e da subjetividade.

Nesse contexto, a oração pode ser compreendida como experiência simbólica associada à elaboração emocional. Durante a oração, o indivíduo frequentemente expressa medos, culpas, dores, esperanças e desejos profundos. Tal experiência possibilita atribuição de sentido às vivências emocionais e favorece reorganização subjetiva diante das adversidades da vida.

4.3 Espiritualidade e construção de sentido

A construção de sentido é uma das tarefas mais importantes diante do sofrimento humano. Quando a dor parece absurda ou sem significado, o indivíduo pode experimentar desorganização emocional, desesperança e vazio existencial. A espiritualidade, em muitos casos, oferece uma estrutura narrativa que ajuda a sustentar a pessoa em meio às adversidades.

Para Frankl (2008), o sentido não elimina necessariamente a dor, mas transforma a maneira como o sujeito se posiciona diante dela. Essa perspectiva é importante para compreender a oração como prática que pode favorecer a ressignificação de experiências dolorosas, especialmente quando associada à esperança e à percepção de propósito.

No campo cristão, a construção de sentido frequentemente se relaciona à confiança em Deus, à esperança de restauração e à compreensão da dor como experiência que pode ser atravessada, elaborada e transformada. Essa leitura precisa ser feita com cuidado para não romantizar o sofrimento, mas pode contribuir para processos subjetivos de fortalecimento emocional.

A busca de sentido constitui uma das dimensões mais profundas da experiência humana, estando relacionada à necessidade de compreender a existência, interpretar o sofrimento e atribuir significado às experiências vividas. Em diferentes culturas e tradições religiosas, a espiritualidade frequentemente ocupa papel relevante nesse processo.

Na contemporaneidade, marcada por intensas transformações sociais, crises emocionais e aumento do sofrimento psíquico, muitos indivíduos experimentam sentimentos de vazio existencial, insegurança e perda de propósito. Nesse contexto, a espiritualidade pode representar importante recurso subjetivo na busca de esperança, pertencimento e reorganização emocional diante das adversidades da vida. Entretanto, a experiência espiritual não se restringe aos momentos de sofrimento, podendo também estar relacionada à gratidão, à alegria, às conquistas e à percepção de respostas às orações, experiências que podem participar da construção de sentido e do fortalecimento subjetivo.

Segundo Tillich (1976), a dimensão espiritual encontra-se profundamente associada às inquietações existenciais humanas, especialmente diante da ansiedade, da insegurança e da finitude.

Tillich (1976, p. 54) afirma que “a coragem de ser é a coragem de aceitar a si mesmo apesar de ser inaceitável”, demonstrando que a espiritualidade pode contribuir para elaboração existencial do sofrimento e fortalecimento subjetivo diante das fragilidades humanas.

Em perspectiva semelhante, Frankl (2008) compreende que a busca de sentido possibilita ao indivíduo enfrentar adversidades emocionais sem perder completamente a esperança e o significado da existência.

A oração, especificamente, pode funcionar como espaço de reorganização existencial e fortalecimento emocional. Em situações de perda, angústia ou crise emocional, muitos indivíduos recorrem à oração como forma de buscar sustentação subjetiva e construir significado diante das experiências vividas.

4.4 Possíveis relações entre oração e regulação emocional

A relação entre oração e regulação emocional deve ser compreendida como possibilidade, e não como regra universal. A oração pode favorecer regulação quando permite expressão afetiva, diminuição da sensação de solidão, fortalecimento da esperança e reorganização simbólica da experiência. Contudo, esses processos dependem da história do sujeito e da qualidade de sua vivência espiritual.

Em termos subjetivos, a oração pode auxiliar o indivíduo a deslocar-se de um estado de desorganização emocional para uma postura de maior reflexão, entrega e esperança. Esse movimento não significa ausência de sofrimento, mas possibilidade de lidar com ele de maneira

menos fragmentada. A experiência espiritual pode, assim, contribuir para maior integração emocional.

Por outro lado, quando a experiência religiosa se distancia da compreensão cristã da graça e se fundamenta predominantemente no medo ou na culpa, pode dificultar a regulação emocional.

Quando a oração é vivida como obrigação ansiosa ou como tentativa de obter controle absoluto sobre a realidade, pode intensificar sofrimento. Por isso, a análise proposta neste trabalho mantém postura crítica e não idealizada.

A literatura examinada aponta que práticas religiosas e espirituais podem estar associadas a estratégias de enfrentamento diante do sofrimento, à construção de sentido e esperança e a processos de elaboração emocional.

Pargament (2008) aborda o coping religioso como recurso utilizado no enfrentamento de situações adversas, enquanto Santos (2015) e Cruz (2017) discutem relações entre espiritualidade e saúde mental e saúde. Moraes (2019), ao aproximar neurociência e espiritualidade, amplia essa discussão sobre a experiência espiritual e seus possíveis efeitos sobre a experiência humana. Esses achados não permitem atribuir à oração, isoladamente, efeitos universais sobre a regulação emocional, mas sustentam sua análise como uma possível dimensão dos processos subjetivos de enfrentamento e elaboração do sofrimento.

A regulação emocional refere-se à capacidade do indivíduo de reconhecer, organizar e manejar suas emoções diante das experiências da vida. Tal processo envolve dimensões conscientes e inconscientes relacionadas à maneira como o sujeito interpreta acontecimentos, responde aos conflitos emocionais e desenvolve estratégias de enfrentamento do sofrimento psíquico.

A oração, nesse contexto, pode ser compreendida como prática associada à expressão emocional e à reorganização subjetiva.

Durante a experiência da oração, o indivíduo frequentemente verbaliza medos, angústias, desejos, culpas e esperanças, favorecendo processos de simbolização e elaboração emocional. Considerando o caráter multifatorial da regulação emocional, que envolve aspectos biológicos, psicológicos, sociais e relacionais, os estudos examinados não permitem atribuir à oração, isoladamente, a melhora da saúde mental. Nesse sentido, as experiências espirituais e simbólicas podem ser compreendidas como uma das dimensões que participam dos processos subjetivos de enfrentamento emocional e de construção de significado diante das adversidades humanas.

4.5 Limites e possibilidades da integração entre fé e ciência

A integração entre fé e ciência exige respeito às diferenças entre os campos. A ciência trabalha com métodos, análise crítica e investigação sistemática; a fé envolve confiança, espiritualidade, experiência simbólica e relação com o transcendente. O diálogo entre ambas não significa confusão de seus limites, mas reconhecimento de que o ser humano não pode ser compreendido por uma única linguagem.

Uma possibilidade importante desse diálogo é a construção de práticas de cuidado mais humanas e integrais. A neuropsicanálise ajuda a compreender emoções e subjetividade; a teologia pastoral contribui com reflexões sobre cuidado da alma, esperança e sentido; a psicologia da religião auxilia na análise das experiências espirituais e seus impactos subjetivos.

Entre os limites, destaca-se a impossibilidade de comprovar cientificamente todos os aspectos da experiência espiritual. A oração envolve elementos que ultrapassam a observação empírica direta. Ainda assim, seus efeitos subjetivos, simbólicos e relacionais podem ser discutidos academicamente, desde que com rigor, ética e prudência metodológica.

Considerando o caráter multifatorial da regulação emocional, que envolve aspectos biológicos, psicológicos, sociais e relacionais, os estudos examinados não permitem atribuir à oração, isoladamente, a melhora da saúde mental. Nesse sentido, as experiências espirituais e simbólicas podem ser compreendidas como uma das dimensões que participam dos processos subjetivos de enfrentamento emocional e de construção de significado diante das adversidades humanas.

A compreensão cristã da *Imago Dei*, fundamentada na afirmação bíblica de que o ser humano foi criado à imagem e semelhança de Deus (Gn 1,26-27), também pode contribuir para uma compreensão integral da pessoa. Nessa perspectiva, o ser humano possui dignidade e não pode ser reduzido exclusivamente às suas dimensões biológicas ou psíquicas. No âmbito deste trabalho, a *Imago Dei* não é tomada como explicação científica dos fenômenos emocionais, mas como uma perspectiva teológica que amplia a reflexão sobre a integralidade humana e pode participar do diálogo interdisciplinar entre fé, ciência e cuidado.

A relação entre fé e ciência tem sido marcada historicamente por aproximações, tensões e debates em diferentes áreas do conhecimento. Durante muitos séculos, espiritualidade e investigação científica foram frequentemente compreendidas como campos incompatíveis ou

mutuamente excludentes. Entretanto, nas últimas décadas, diferentes pesquisadores têm buscado construir diálogos interdisciplinares capazes de integrar aspectos biológicos, emocionais, subjetivos e espirituais da experiência humana.

Nesse sentido, a presente pesquisa reconhece que experiências espirituais não podem ser compreendidas exclusivamente por explicações biológicas ou religiosas isoladas, exigindo abordagens mais amplas acerca da complexidade da experiência humana.

Segundo Pargament (2008), a espiritualidade pode atuar como importante recurso de coping religioso, auxiliando indivíduos na elaboração emocional de situações de crise, sofrimento e vulnerabilidade. Entretanto, o autor alerta que experiências religiosas também podem produzir sofrimento emocional quando associadas a culpa excessiva, medo ou interpretações religiosas rígidas.

Um dos principais riscos presentes na relação entre fé e ciência refere-se aos reducionismos. O reducionismo biológico procura explicar toda experiência humana exclusivamente a partir do funcionamento cerebral e neuroquímico. Já o reducionismo espiritual tende a interpretar o sofrimento psíquico apenas como problema religioso ou ausência de fé.

Apesar desses limites, existem importantes possibilidades na integração entre fé e ciência. O diálogo interdisciplinar entre neuropsicanálise, teologia, psicologia e neurociência permitem compreender o ser humano de maneira mais ampla e integral, reconhecendo simultaneamente suas dimensões biológicas, emocionais, relacionais e espirituais.

5 DISCUSSÃO E ANÁLISE INTERDISCIPLINAR

A discussão interdisciplinar desenvolvida neste capítulo busca evitar tanto a fragmentação do conhecimento quanto a simplificação do sofrimento humano. Ao integrar diferentes referenciais, a pesquisa reconhece que o sofrimento psíquico contemporâneo envolve dimensões biológicas, emocionais, relacionais, sociais e espirituais.

Esse ponto é fundamental para a compreensão da oração no contexto da saúde mental. A oração não é analisada aqui como prova empírica de cura nem como técnica terapêutica isolada, mas como experiência simbólica e espiritual que pode participar dos processos subjetivos de enfrentamento do sofrimento. Essa distinção preserva o rigor científico sem negar a relevância da vivência religiosa.

A interdisciplinaridade, portanto, não enfraquece o trabalho acadêmico; ao contrário, amplia sua capacidade de compreender fenômenos complexos. Ao dialogar com Freud, Solms, Damásio, Jung, Frankl, Winnicott, Tillich, Nouwen, Pargament e Morillas, a pesquisa constrói uma leitura interdisciplinar sobre as possíveis interfaces entre oração, emoções e saúde mental.

Este capítulo apresenta as principais análises críticas desenvolvidas ao longo da pesquisa, articulando as contribuições da neuropsicanálise, da espiritualidade cristã e da saúde mental contemporânea. Buscou-se consolidar as discussões de maneira integrada e fluida, favorecendo equilíbrio estrutural e continuidade argumentativa entre os tópicos apresentados.

A presente pesquisa evidencia que a compreensão da saúde mental exige diálogo entre diferentes áreas do conhecimento, especialmente quando se busca compreender fenômenos complexos relacionados à subjetividade humana, espiritualidade e sofrimento emocional. A neuropsicanálise contribui significativamente para essa perspectiva interdisciplinar ao integrar elementos da neurociência e da psicanálise.

Por outro lado, a espiritualidade cristã oferece importantes reflexões relacionadas à construção de sentido, esperança e enfrentamento existencial diante do sofrimento humano. Autores como Viktor Frankl, Paul Tillich e Henri Nouwen reforçam que a experiência espiritual frequentemente participa dos processos subjetivos de elaboração emocional.

A discussão proposta nesta pesquisa evidencia que a relação entre espiritualidade, oração e saúde mental não pode ser compreendida de maneira simplista ou reducionista. Ao longo do estudo, observou-se que diferentes autores reconhecem a importância das emoções, dos afetos e das experiências subjetivas na constituição da vida psíquica humana.

Entretanto, observou-se igualmente a necessidade de evitar interpretações reducionistas acerca da espiritualidade. A oração não deve ser compreendida como solução absoluta para o sofrimento psíquico nem como substituição do acompanhamento psicológico, psiquiátrico ou terapêutico quando necessário.

As relações entre espiritualidade, sofrimento psíquico, processos de enfrentamento e saúde mental exigem análise crítica e cuidados, especialmente diante do crescimento contemporâneo de discursos simplificadores acerca do sofrimento humano. Em muitos contextos sociais e religiosos, observa-se tendência de interpretar questões emocionais exclusivamente sob perspectiva espiritual, desconsiderando fatores biológicos, subjetivos e relacionais envolvidos na constituição do sofrimento psíquico.

Entretanto, perspectivas estritamente biologicistas também se mostram insuficientes para compreender integralmente a complexidade da experiência humana. Conforme Morin (2011), o pensamento complexo exige superação de abordagens fragmentadas da realidade, reconhecendo que o ser humano constitui simultaneamente dimensão biológica, emocional, social, simbólica e existencial.

Conforme destaca Solms (2018, p. 67), “os afetos não são elementos secundários da mente humana, mas constituem o núcleo fundamental da experiência consciente.”

Essa compreensão amplia significativamente a análise da oração e da espiritualidade, permitindo compreendê-las não apenas como práticas religiosas, mas também como experiências simbólicas associadas à elaboração emocional e à construção subjetiva de sentido.

Nouwen (2011) complementa essa perspectiva ao afirmar que o cuidador somente consegue acolher verdadeiramente o sofrimento do outro quando reconhece também suas próprias vulnerabilidades humanas.

Nouwen (2011, p. 41) afirma que “o grande paradoxo do cuidado é que somente aquele que reconhece suas próprias feridas pode verdadeiramente acolher a dor do outro.”

A afirmação reforça a necessidade de abordagens humanizadas e empáticas no cuidado da saúde mental, evitando discursos religiosos simplificadores ou práticas emocionalmente adoecedoras.

Ao longo da pesquisa, a análise realizada indica que a oração pode ser compreendida como experiência simbólica, subjetiva e relacional associada à expressão emocional e à construção de sentido diante do sofrimento humano. Observou-se também que a neuropsicanálise oferece importantes contribuições para compreensão das emoções, dos afetos e da subjetividade, reconhecendo que a experiência humana não pode ser reduzida exclusivamente a fatores biológicos.

Dessa maneira, conclui-se que o diálogo entre neuropsicanálise, espiritualidade e saúde mental pode contribuir para uma compreensão mais ampla da subjetividade humana e das formas de enfrentamento do sofrimento psíquico.

5.1 Implicações para o cuidado pastoral

O diálogo entre neuropsicanálise, espiritualidade e saúde mental apresenta implicações relevantes para o cuidado pastoral contemporâneo. Em muitos contextos eclesiais, pessoas em sofrimento emocional procuram inicialmente orientação espiritual antes mesmo de buscar

atendimento psicológico ou psiquiátrico. Esse dado revela a importância de uma postura pastoral sensível, ética e preparada para acolher dores humanas sem reduzi-las a explicações simplistas.

O cuidado pastoral, quando compreendido de modo integral, não deve substituir o acompanhamento clínico, mas pode atuar como espaço de escuta, acolhimento e orientação espiritual responsável. A fé cristã oferece recursos simbólicos importantes, como oração, esperança, comunhão e pertencimento comunitário. Entretanto, tais recursos precisam ser utilizados de maneira cuidadosa, evitando discursos que culpabilizem o sujeito por sua dor ou que interpretem todo sofrimento emocional como falha espiritual.

No contexto desta pesquisa, a oração pode ser compreendida como prática relevante no cuidado pastoral quando associada à escuta empática e à compreensão da subjetividade humana. Orar com alguém em sofrimento não significa negar a necessidade de tratamento, mas oferecer presença, amparo e linguagem espiritual para que a pessoa possa expressar sua dor diante de Deus e da comunidade de fé.

A integração responsável entre cuidado pastoral e saúde mental exige que tanto os líderes religiosos quanto os profissionais da saúde reconheçam os limites de suas respectivas áreas de atuação. Situações envolvendo depressão grave, ideação suicida, traumas complexos, transtornos psiquiátricos ou sofrimento persistente demandam encaminhamento adequado para profissionais especializados. Nesse sentido, o cuidado pastoral ético não compete com a psicologia ou a psiquiatria, mas dialoga com elas em favor da vida e da dignidade humana.

Além disso, a comunidade cristã pode exercer importante função de apoio emocional quando se torna ambiente de acolhimento, escuta e pertencimento. Relações comunitárias saudáveis podem auxiliar na redução do isolamento, fortalecer vínculos e favorecer processos subjetivos de esperança. Contudo, comunidades marcadas por julgamentos, controle ou discursos de medo podem intensificar o sofrimento psíquico, razão pela qual o cuidado espiritual precisa ser continuamente amadurecido.

Portanto, as contribuições desta pesquisa apontam para a necessidade de uma espiritualidade pastoral que una fé, compaixão e responsabilidade. A oração permanece como prática central da tradição cristã, mas sua vivência no cuidado humano deve ser acompanhada de discernimento, sensibilidade e abertura ao diálogo interdisciplinar.

5.2 Implicações para a pesquisa acadêmica

No campo acadêmico, a relação entre oração, neuropsicanálise e saúde mental abre possibilidades importantes para futuras investigações. A presente pesquisa, por ser bibliográfica, não pretende encerrar o debate, mas contribuir para a construção de uma base teórica capaz de sustentar novos estudos sobre espiritualidade, subjetividade e elaboração emocional.

Uma das principais contribuições acadêmicas do tema está na superação de dicotomias rígidas entre fé e ciência. O sofrimento humano não pode ser compreendido apenas por uma abordagem biomédica, nem tampouco por uma abordagem exclusivamente religiosa. A complexidade da experiência humana exige modelos de interpretação capazes de integrar corpo, mente, relações, cultura, espiritualidade e sentido existencial.

A neuropsicanálise oferece uma via promissora para essa integração, pois reconhece a importância dos afetos e da subjetividade sem ignorar as bases neurobiológicas da experiência. Ao mesmo tempo, a teologia pastoral contribui ao lembrar que o ser humano não é apenas organismo psicológico, mas pessoa situada diante de questões últimas de sentido, finitude, esperança e transcendência.

Outra implicação acadêmica refere-se à necessidade de pesquisas empíricas futuras que investiguem como indivíduos cristãos vivenciam a oração em contextos de sofrimento emocional. Entrevistas qualitativas, estudos de caso e pesquisas com comunidades religiosas poderiam aprofundar a compreensão dos modos pelos quais a oração é experimentada como recurso simbólico, relacional e espiritual.

Também se mostra relevante investigar os limites da espiritualidade no cuidado da saúde mental. Nem toda experiência religiosa favorece regulação emocional; algumas práticas podem gerar culpa, medo e rigidez. Por isso, futuras pesquisas devem considerar tanto os aspectos positivos quanto os riscos presentes nas vivências religiosas, adotando postura crítica e metodologicamente responsável.

Por fim, esta pesquisa reforça a importância de formar profissionais e líderes religiosos capazes de dialogar com diferentes áreas do conhecimento. A saúde mental contemporânea exige redes de cuidado, e tais redes tornam-se mais eficazes quando reconhecem a contribuição de múltiplos saberes. A articulação entre neuropsicanálise, espiritualidade e cuidado pastoral pode, portanto, favorecer práticas mais humanas, éticas e integradas diante do sofrimento psíquico.

6 CONSIDERAÇÕES FINAIS

As considerações finais desta pesquisa consolidam as principais reflexões desenvolvidas ao longo do estudo, retomando os objetivos propostos e as discussões interdisciplinares relacionadas à neuropsicanálise, espiritualidade e saúde mental.

A presente pesquisa teve como objetivo analisar, a partir de revisão bibliográfica, como a neuropsicanálise pode contribuir para a compreensão da oração como experiência simbólica e de suas possíveis relações com a regulação emocional e a saúde mental. Ao longo do estudo, buscou-se desenvolver análise crítica e interdisciplinar acerca das possíveis interfaces entre espiritualidade, subjetividade e sofrimento psíquico na contemporaneidade.

Ao longo do estudo, observou-se que a subjetividade humana constitui realidade complexa, não podendo ser reduzida exclusivamente a fatores neurobiológicos, emocionais ou espirituais isoladamente. A neuropsicanálise demonstrou-se relevante justamente por reconhecer que emoções, afetos, simbolizações e experiências relacionais participam diretamente da constituição da consciência e dos processos subjetivos envolvidos no sofrimento humano.

Nesse contexto, a oração foi compreendida não apenas como prática religiosa, mas também como experiência simbólica e relacional associada à elaboração emocional, à construção de sentido e ao enfrentamento existencial das dores humanas. A espiritualidade, quando vivenciada de maneira ética e integrada, pode favorecer acolhimento subjetivo, fortalecimento emocional e reorganização afetiva diante das adversidades da vida.

Entretanto, a pesquisa também evidenciou a necessidade de evitar perspectivas reducionistas acerca da saúde mental. Tanto interpretações exclusivamente biologicistas quanto compreensões puramente espiritualistas mostram-se insuficientes para compreender integralmente a complexidade do sofrimento psíquico contemporâneo.

A partir das contribuições de autores como Freud, Solms, Frankl, Jung, Winnicott, Tillich e Morillas, verificou-se que o sofrimento humano frequentemente envolve dimensões inconscientes, emocionais, relacionais e existenciais profundamente interligadas. Dessa maneira, a espiritualidade não deve substituir práticas terapêuticas ou psiquiátricas, mas pode participar de forma complementar dos processos subjetivos relacionados ao cuidado integral da pessoa humana.

Além disso, o estudo demonstrou que a oração pode assumir importante função simbólica na elaboração emocional do sofrimento, especialmente quando relacionada à construção de esperança, pertencimento e significado existencial. Em contextos marcados por ansiedade,

insegurança emocional e fragilidade dos vínculos humanos, práticas espirituais podem representar espaços subjetivos de acolhimento e reorganização afetiva.

Todavia, a presente pesquisa reconhece os limites epistemológicos existentes entre fé e ciência. Nem todos os aspectos da experiência espiritual podem ser plenamente explicados pelos métodos científicos tradicionais. Ainda assim, o diálogo interdisciplinar entre neuropsicanálise, espiritualidade e saúde mental mostrou-se relevante para ampliação da compreensão acerca da subjetividade humana e das formas contemporâneas de enfrentamento do sofrimento psíquico.

Conclui-se, portanto, que a neuropsicanálise oferece importantes contribuições para compreensão da oração enquanto experiência humana complexa, envolvendo afetos, emoções, simbolizações e construção subjetiva de sentido. Mais do que estabelecer respostas definitivas, a presente pesquisa buscou ampliar reflexões críticas acerca da relação entre espiritualidade, subjetividade e saúde mental, incentivando abordagens mais éticas, interdisciplinares e humanizadas no cuidado da pessoa humana.

Espera-se que este estudo possa contribuir para futuras pesquisas acadêmicas relacionadas à espiritualidade e saúde mental, bem como incentivar novas reflexões sobre a importância do cuidado integral diante das dores emocionais e existenciais presentes na contemporaneidade.

REFERÊNCIAS

- ALVES, Rubem. O que é religião. São Paulo: Loyola, 1999.
- BAUMAN, Zygmunt. Modernidade líquida. Rio de Janeiro: Zahar, 2001.
- BETTO, Frei. Espiritualidade e experiência de Deus. Rio de Janeiro: Rocco, 2010.
- BION, Wilfred. Atenção e interpretação. Rio de Janeiro: Imago, 1991.
- CRABB, Larry. Aconselhamento eficaz. São Paulo: Mundo Cristão, 2006.
- CRUZ, Eduardo Rodrigues da. Espiritualidade e saúde: teoria e pesquisa. São Paulo: Loyola, 2017.
- DAMÁSIO, Antonio. O erro de Descartes: emoção, razão e o cérebro humano. São Paulo: Companhia das Letras, 2012.
- FRANKL, Viktor. Em busca de sentido. Petrópolis: Vozes, 2008.
- FRANKL, Viktor. Psicoterapia e sentido da vida. São Paulo: Quadrante, 2003.
- FREUD, Sigmund. O ego e o id. Rio de Janeiro: Imago, 1996.
- FREUD, Sigmund. O mal-estar na civilização. São Paulo: Penguin Classics Companhia das Letras, 2011.
- GIL, Antonio Carlos. Métodos e técnicas de pesquisa social. 6. ed. São Paulo: Atlas, 2008.

- JUNG, Carl Gustav. O homem e seus símbolos. Rio de Janeiro: Nova Fronteira, 2008.
- JUNG, Carl Gustav. Psicologia e religião. Petrópolis: Vozes, 2009.
- MINAYO, Maria Cecília de Souza. Pesquisa social: teoria, método e criatividade. 34. ed. Petrópolis: Vozes, 2014.
- MORAES, João Batista. Neurociência e espiritualidade. Curitiba: Appris, 2019.
- MORILLAS, Abner. Abuso sexual infantil: prevenção, identificação e intervenção. São Paulo: Lura Editorial, 2021b.
- MORILLAS, Abner. Cura da alma: manual de relação de ajuda pastoral psicoterápico. 3. ed. São Paulo: Lura Editorial, 2021a.
- MORILLAS, Abner. Vozes que clamam no deserto: cura da alma missionária: interface entre transtornos emocionais e espiritualidade em missionários transculturais. São Paulo: Lura Editorial, 2022.
- MORIN, Edgar. Introdução ao pensamento complexo. Porto Alegre: Sulina, 2011.
- NOUWEN, Henri. O curador ferido. São Paulo: Paulus, 2011.
- PARGAMENT, Kenneth. Psicologia da religião e coping religioso. Porto Alegre: Artmed, 2008.
- PARGAMENT, Kenneth I. Understanding and addressing religion among people with mental illness. World Psychiatry, v. 12, n.1, p. 26-32, 2013.DOI 10.1002/WPS.2005.
- ROLOFF, Jürgen. A oração no Novo Testamento. São Leopoldo: Sinodal, 2007.
- SANTOS, Franklin. Espiritualidade e saúde mental. São Paulo: Loyola, 2015.
- SOLMS, Mark. Neuropsicanálise: o cérebro e a experiência interior. Porto Alegre: Artmed, 2018.
- SOLMS, Mark. The hidden spring: a journey to the source of consciousness. New York: Norton, 2021.
- SOLMS, Mark; TURNBULL, Oliver. O cérebro e o mundo interior. São Paulo: Companhia das Letras, 2004.
- TILLICH, Paul. A coragem de ser. Rio de Janeiro: Paz e Terra, 1976.
- TILLICH, Paul. Teologia da cultura. São Paulo: Fonte Editorial, 2009.
- WINNICOTT, Donald Woods. Natureza humana. Rio de Janeiro: Imago, 1990.
- WINNICOTT, Donald Woods. O brincar e a realidade. Rio de Janeiro: Imago, 1975.
- WINNICOTT, Donald Woods. Tudo começa em casa. São Paulo: Martins Fontes, 2005.
- WORLD HEALTH ORGANIZATION. Mental health strengthening our response. Geneva: WHO, 2022.