

DOR E PRAZER

Coleção PSICOLOGIA PRÁTICA

- *Seja seu próprio psicólogo*, Miguel Lucas
- *Curando as emoções feridas*, Martin Padovani
- *Conhecer-se: um caminho para ser feliz*, Miguel Lucas
- *Como driblar a depressão*, Miguel Lucas
- *A terapia de Deus*, León Hual
- *Viktor Frankl: a antropologia como terapia*, Ricardo Peter
- *Psicologia espiritual*, Elisabeth Lukas
- *PNL – Sucesso e êxito pessoal: introdução à programação neurolinguística*, Luis Jorge González
- *A arte de conviver: um olhar inclusivo*,
María Guadalupe Buttera; Roberto Federico Ré (eBook)
- *Alívio para o sofrimento e a depressão*, James F. Drane
- *Dor e prazer: o desafio da vida*, Antonio Bonifácio Rodrigues de Sousa

ANTONIO BONIFÁCIO RODRIGUES DE SOUSA

DOR E PRAZER

O DESAFIO DA VIDA



Todos os direitos reservados pela Paulus Editora. Nenhuma parte desta publicação poderá ser reproduzida, seja por meios mecânicos, eletrônicos, seja via cópia xerográfica, sem a autorização prévia da Editora.

Direção editorial: Darlei Zanon

Gerente de design: Danilo Alves Lima

Coordenação de revisão: Tiago José Risi Leme

Preparação do original: André Tadashi Odashima

Capa e diagramação: Paulo Cavalcante

Imagem de capa: iStock

Impressão e acabamento: PAULUS

Dados Internacionais de Catalogação na Publicação (CIP)
Angélica Ilacqua CRB-8/7057

Souza, Antonio Bonifácio Rodrigues de

Dor e prazer / Antonio Bonifácio Rodrigues de Souza. - São Paulo : Paulus, 2022.

(Coleção Psicologia prática)

ISBN 978-65-5562-765-7

1. Psicologia 2. Dor 3. Prazer I. Título II. Série

22-6030

CDD 152.4

Índice para catálogo sistemático:
1. Psicologia



Seja um leitor preferencial **PAULUS**.
Cadastre-se e receba informações
sobre nossos lançamentos e nossas promoções:
paulus.com.br/cadastro
Televentas: **(11) 3789-4000 / 0800 016 40 11**

1ª edição, 2022

© PAULUS – 2022

Rua Francisco Cruz, 229 • 04117-091 • São Paulo (Brasil)

Tel.: (11) 5087-3700

paulus.com.br • editorial@paulus.com.br

ISBN 978-65-5562-765-7

Sumário

| | |
|----|--|
| 11 | Agradecimento |
| 13 | Apresentação |
| 15 | Texto 1 - <i>Toda dor é neuropsicossomática</i> |
| 16 | 1.1 - A intensidade da dor |
| 18 | 1.2 - Sofrimento e dor |
| 21 | Texto 2 - <i>O que é prazer?</i> |
| 23 | 2.1 - Prazer e desprazer |
| 25 | 2.1.1 - Do desprazer ao prazer |
| 26 | 2.2 - Prazer e felicidade |
| 29 | Texto 3 - <i>A dimensão, os simbolismos e o sentido da dor</i> |
| 30 | 3.1 - Dores humanas |
| 31 | 3.1.1 - A dor psíquica ou psicogênica |
| 32 | 3.1.2 - A dor existencial |
| 33 | 3.1.3 - A dor psicossocial |
| 37 | 3.2 - O sentido humano da dor |
| 38 | 3.2.1 - A dor é parte constituinte da natureza e da existência humana |
| 39 | 3.2.2 - A dor está inscrita na ordem cósmica |
| 39 | 3.2.3 - O sofrimento e a dor, paradoxalmente, são passos que conduzem ao prazer e à felicidade |
| 40 | 3.3 - Interpretações religiosas da dor |
| 41 | 3.3.1 - O símbolo da cruz no cristianismo |
| 43 | Texto 4 - <i>A dimensão, os simbolismos e o sentido do prazer</i> |
| 44 | 4.1 - Prazeres genuinamente humanos |
| 46 | 4.2 - A vocação humana para o prazer |
| 48 | 4.3 - Prazer ou razão? |

| | |
|----|---|
| 53 | Texto 5 - <i>O grito da dor</i> |
| 54 | 5.1 - A força do grito da dor |
| 56 | 5.2 - O grito das vítimas inocentes |
| 57 | 5.3 - O incômodo eco dos gritos de dor |
| 59 | Texto 6 - <i>O grito de prazer</i> |
| 60 | 6.1 - O poder catártico e contagiante do grito de prazer e do riso |
| 62 | 6.2 - A natureza dionisíaca e ética das manifestações de prazer |
| 63 | 6.2.1 - A crítica ética aos prazeres |
| 67 | Texto 7 - <i>O significado, os simbolismos e a dimensão dos desprazeres</i> |
| 69 | 7.1 - Os desprazeres nossos de todos os dias |
| 79 | Conclusão: <i>Da aprendizagem dos prazeres, da dor e da convivência com os inevitáveis desprazeres</i> |
| 83 | Referências |

Na estrada de mão dupla entre
nossos destinos de dor e prazer,
existe o desprazer.

*“O desprazer, em forma da falta
de um sentido da vida
e do vazio interior,
é pior do que o sofrimento.
Este te obriga a reagir
e lutar pela vida.”*
(Autor desconhecido)

DEDICATÓRIA

Para Leila, com o prazer do amor construído juntos.

Agradecimento

À equipe editorial da Paulus, pela honra da publicação deste livro, que, para mim, é comemorativo dos dez anos de lançamento de Ética e cidadania na educação (2010) e dos nove anos de Filosofia prática e a prática da filosofia (2011).

Apresentação

Caro leitor,

Apresento a você, nesta obra, textos reflexivos sobre o que considero o maior desafio da vida. De fato, todo ser vivo tende naturalmente ao gozo do prazer físico. Entre os seres vivos, o homem é o mais complexo. Por isso, o seu prazer se estende para além da mera esfera biológica, indo, de forma interligada, a outras esferas, como a psíquica, a ético-espiritual e a político-social.

A busca do prazer é uma luta cheia de desafios, que nos obrigam à superação das barreiras formadas pelas inúmeras circunstâncias de desprazeres, sofrimentos e dores. Quando nos restringimos à esfera biológica, sabemos que a vida em seres superiores depende da junção de células e tecidos que formam a engenhosa estrutura do organismo corporal. Este, por sua vez, se mantém vivo graças à ação concatenada dos vários sistemas, como o neurológico, cardíaco e respiratório.

Por outro lado, os sinais significativos da vida nos são dados pelas sensações-limites da dor e do prazer. Aliás, são essas sensações que conferem dignidade a todos os seres *sencientes*, isto é, aqueles que são dotados de sentimentos e consciência do que lhes acontece. É por isso que nos

alegramos com o prazer dos nossos animais domésticos; em contrapartida, temos a obrigação moral de mitigar ou, ao menos, respeitar a dor daqueles que nos são úteis.

Dor e prazer são problemas muito explorados na filosofia pela ética, em sua procura pela dimensão do sentido da vida e da felicidade. No decorrer de toda a história do pensamento, filósofos de diferentes correntes debateram o assunto. Diga-se o mesmo das várias ciências, com destaque, hoje, para a neurociência e a psicologia.

Ao longo dos textos que compõem esta obra, trato da problemática da *dor* (textos 1, 3 e 5), do *prazer* (2, 4 e 6) e do *desprazer* (texto 7). Entendo, aqui, por desprazer as sensações desprovidas de prazer, mas não necessariamente dolorosas no sentido estrito de dor física. Desprazer, por exemplo, pode ser expresso pelo neologismo “sofrência”, que significa um sofrimento leve, meio amargo e meio doce, usado para designar um estilo musical que canta as peripécias do amor romântico e os desencontros da vida, como afirma Santos (2018).

Observe que os temas estão alternados, não seguindo uma sequência numérica. Acho que, ao escrever, fui influenciado pela realidade da vida onde não somos totalmente livres para escolher a duração dos nossos momentos de prazer. Independentemente da nossa vontade, nossos prazeres não são duráveis e são, invariavelmente, interrompidos pelo desprazer e, muitas vezes, pelo sofrimento e a dor.

Em alguns textos, sou levado a me referir aos traumas deixados na humanidade pela pandemia do coronavírus. Suas graves consequências nos convidam à reflexão sobre os significados, para nós humanos e para toda a natureza, dos sofrimentos e dos inúmeros desprazeres, como o isolamento forçado.

Por fim, desejo que esta leitura proporcione a você boas meditações.

Texto 1

Toda dor é neuropsicossomática

“A dor é uma experiência desagradável, sensitiva e emocional, associada com lesão real ou potencial dos tecidos descritos em termos dessa lesão”.

(IASP - Associação Internacional
para o Estudo da Dor)

A dor, em seu sentido real, é um processo biofísico e neurológico que atinge os seres vivos. Causa, nos indivíduos afetados, formas variáveis e desagradáveis de sensibilidade. Os insetos, por exemplo, quando atingidos pela dor, se contorcem reagindo a ela. Já os animais mais evoluídos sentem medo e angústia, pressentindo o fim da vida com a morte. Sofrendo com dor, contra-atacam ferozmente as potenciais ameaças.

Nós, humanos, assim como os animais, reagimos da mesma forma. Diferentemente deles, porém, sentimos com mais intensidade, por causa da nossa maior consciência da dor. Ficamos, então, angustiados, medrosos