

# Comunicação Científica & Lentes do Cotidiano

## Crônica 26 – Agosto, 2015

### CULPA

Ierecê Barbosa<sup>1</sup>

Domingo passado, após a publicação da crônica intitulada Assédio Moral, recebi, no meu celular, uma mensagem interessante que dizia:

*Amiga, acabei de ler sua crônica, em lágrimas. Sempre que vou à igreja peço perdão a Deus, pois fui eu quem pedi para separar, me sentia incompetente por não saber preservar a minha família e responsável em separar minha filha do pai e por tudo o mais. Como não percebi? Amiga, desculpa o desabafo, mas vivi isso que sua amiga lhe revelou e muito mais, não me contive, as histórias são idênticas! E mais, assim como sua amiga digo: obrigada pelos conselhos ou melhor, pela resposta que tanto precisava e que só agora pude ter, obrigada.*

Em vista desta mensagem, e de tantas outras que chegaram, resolvi falar da culpa, um sentimento que nos invade de forma angustiante e que, muitas vezes, é indevido, pois a culpa pode ser inculcada em nós pelos outros ou pela moral convencional que circula no espaço social, fomentada, em maioria, por crenças religiosas que se utilizam deste sentimento como uma forma de manipulação das pessoas. Neste caso, a noção de pecado é potencializada a tal ponto que deixa marcas na alma.

Conheço uma jovem que foi expulsa da congregação religiosa porque confessou que fornicou, sem ser casada. O ato de confessar algo tão íntimo já demonstra em si uma submissão total aos preceitos religiosos e a busca desesperada pela absolvição que a livraria do “pecado” e da consequente culpa. Em vez disso, foi usada como bode expiatório, servindo de exemplo para os demais.

Esses mecanismos perversos e punitivos são embasados na crença de que *O Divino age punindo sempre os culpados e se vingando impedindo-os de entrar no Reino do Céu*. Ora, se assim fosse, estaríamos a mercê de um Deus punitivo e vingativo. Obviamente que um ser com tais características não seria a imagem da perfeição, da bondade e do perdão.

Em suas trajetórias muitas religiões se perderam na meta principal de conduzir as pessoas à espiritualidade e criaram suas próprias convenções, frutos das cabeças de seus líderes, fincando cercas eletrificadas “protetoras do mal” e que acabam limitando as vidas dos fieis que creem naquilo que é pregado, em suas buscas referentes ao fim transcendental.

O mais interessante é o poder que alguns religiosos julgam ter, relacionado à absolvição. Mediante certo quantitativo de oração, pagamento e até procedimento eterno de redenção as pessoas poderão ser perdoadas de suas falhas. Quando me deparo com pessoas extremamente dedicadas aos mais necessitados fico pensando quais terão sido seus pecados, suas grandes falhas ou perdas significativas e em quais crenças religiosas se apoiam, pois “sacrificar-se pelos necessitados” é uma das máximas religiosas para absolvição dos pecados.

---

<sup>1</sup> Doutora em Educação, Jornalista, Psicanalista Clínica e Professora do Programa de Pós-Graduação em Educação e Ensino de Ciências na Amazônia – PPGEEC/ ENS/ UEA. Email: [ierecebarbosa@yahoo.com.br](mailto:ierecebarbosa@yahoo.com.br)

## **Comunicação Científica & Lentes do Cotidiano**

### **Crônica 26 – Agosto, 2015**

Não há, de minha parte, a intenção de generalizar, pois existem pessoas missionárias por vocação e que fazem o bem sem olhar a quem e sem ganhos psicológicos secundários. Mas vamos supor que isso seja recomendado ao João, que se encontra psicologicamente abalado, que não consegue nem ajudar a si. Como é que ele vai ajudar o próximo? O sentimento de culpa será potencializado. Ou seja, João é culpado por ter cometido um erro e culpado por não conseguir ajudar o próximo.

Em relação às perdas significativas, as pessoas passam a se doarem mais as outras como uma forma de redenção. Isto é, ao se dedicarem as causas humanitárias elas aliviam o sentimento de culpa por terem sido poupadas na tragédia que vitimou seus entes queridos.

O sentimento de culpa faz muito mal as pessoas e os ganhos secundários advindos de situações redentoras não conseguem apagá-lo e nem minimizá-lo, caso não haja, por parte da pessoa, um entendimento real do porque ter tomado àquela atitude geradora da culpa. O autoperdão pode ser uma boa saída. Entender o sentimento de culpa e tirar proveito dele, também.

Se a culpa é um sentimento forte, irrefletido, certamente a pessoa não conseguirá transformá-lo, correndo o risco de se sentir culpada por tudo, perder a autoestima e se tornar uma pessoa autocrítica ao extremo, duvidando o tempo todo de si mesma.

Entretanto, há a possibilidade de transformar a culpa em um sentimento positivo, refletindo sobre ela e resignificando as ações futuras, com o intuito de não repeti-las, já que houve uma avaliação de que elas foram geradas por comportamentos equivocados e não saudáveis.

Às vezes, precisamos de alguém de fora que nos ajude a racionalizar a nossa culpa. Conheci uma pessoa que se sentia culpada por ter sido a única sobrevivente de um acidente de moto. Criou a ilusão de que não deveria ter pedido a carona, o que teria evitado a morte do amigo. São sentimentos fortes e que podem atrapalhar bastante a vida das pessoas. Foi o que aconteceu com minha amiga que enviou a mensagem descrita no início desta crônica. Precisou de um pequeno toque, advindo da leitura, para a ficha cair. Que bom que ela se absolveu do sentimento de culpa e poderá agora, livre dos grilhões que a prendiam ao passado, tocar a vida para frente, livre, leve e solta.