

Espiritualidade no contexto da saúde

Spirituality in the context of health

Moisés Corrêa de Seixas¹

Resumo: Este artigo científico tem como objetivo analisar o tema espiritualidade no contexto da saúde, destacando essa interface como processo de reabilitação, junto a pacientes às voltas com situações de crises ou sofrimento que acompanham algumas enfermidades. Buscou-se na literatura a compreensão da espiritualidade no processo de reabilitação de pessoas que, diante de determinado diagnóstico, grave ou não, necessitam lidar com as emoções, o que pode levar à fragilidade, ao sofrimento e mesmo ao questionamento de seus valores espirituais. A partir da investigação aqui levada a efeito, que mostra as variações da confissão religiosa, a espiritualidade é definida, bem como estudada a sua relação com a saúde. Embora este trabalho não tenha a última palavra, trata-se de uma busca aprofundada e encontram-se fartas evidências – na revisão bibliográfica, de que a espiritualidade é ferramenta importante no tratamento e enfrentamento de doenças.

Palavras-chave: Espiritualidade. Saúde. O Processo de Reabilitação. Interface.

Abstract: This scientific article aims to analyze the theme of spirituality without context of health, highlighting this interface as a process of rehabilitation, together with patients in situations of crisis or suffering that accompany some diseases. We sought to understand the spirituality in the process of rehabilitation of people who, when diagnosed, serious or not, need to deal with emotions, which can lead to frailty, suffering and even the questioning of their spiritual values. From the research carried out here, it

Artigo recebido em: 19 jan. 2018
Aprovado em: 19 jan. 2018

¹Moisés Corrêa de Seixas, Mestre em Ciências das Religiões pela Faculdade Unida de Vitória. Graduado em Administração de Empresas pela Universidade Anhanguera – UNIDERP – Campo Grande – MS. E-mail: pr_moises@yahoo.com.br

shows how variations of religious confession, a spirituality and definition as well as studied and its relation to a health. Although this work does not have a final word, it is an in-depth search and there is abundant evidence - in the bibliographic review, that spirituality is an important tool in the treatment and coping of diseases.

Keywords: Spirituality. Health. The Rehabilitation Process. Interface.

Introdução

A experiência humana frente à enfermidade pode ser considerada uma das mais dolorosas. A presença de uma doença grave, que ameace a integridade do nosso ser, lança o homem em um estado cuja sensação predominante é de incompetência, considerada a morte como o maior temor do ser humano. O sofrimento decorrente da doença é uma manifestação absoluta da nossa individualidade, pois em cada ser humano a doença se manifesta de forma única. Mesmo assim, seria possível superar tais situações, mesmo sem a aparente garantia médica de que o diagnóstico seja favorável?

O sofrimento e a dor do ser humano frente às doenças ainda são desafios que necessitam respostas. A ciência médica moderna busca aumentar de forma considerável nossa longevidade ao longo das próximas décadas e elaborou técnicas sofisticadas para conferir maior qualidade à saúde humana. Contudo ninguém que conheça estatísticas seguras de garantia de sobrevivência e aluta pela saúde é um desafio cotidiano para todos os governos e indivíduos. São de ricos e de pobres, uma ótima saúde é por todos desejada, mas muitas pessoas só percebem isso depois que a perdem.

As espiritualidades têm grande potencial de impacto na vida das pessoas, levando-as ao conforto, ao bem-estar e à melhor saúde física e mental. Esse pressuposto é que justifica a elaboração deste artigo, defendendo a crescente necessidade do estudo da espiritualidade na prática de recuperação dos pacientes.

Esta pesquisa visa não apenas ao acréscimo de conhecimentos à comunidade científica, mas principalmente à demonstração do grande desafio a ser aceito na efetivação de mais estudos e pesquisas na relação entre a espiritualidade, a resiliência e o enfermo. Espera-se que os estudos aqui apresentados constituam uma pequena contribuição, mas principalmente que eles sirvam para minorar a dor e o sofrimento.

1. Espiritualidade na saúde

Espiritualidade e saúde vêm despertando muito interesse no meio científico, entre pesquisadores e acadêmicos na área da saúde, bem como entre o público em geral. Uma vida religiosa ou espiritual ativa é fonte de proteção, tanto quanto a alimentação saudável e a prática de exercícios regulares. As implicações da fé pura e simples para a mente e o corpo são intrigantes. A fé pode ser creditada a Deus ou à dimensão espiritual; pode independe da filiação religiosa, da assiduidade aos cultos e da liturgia ou crença. O crente pode meramente acreditar ou se professar adepto, religioso ou espiritualista; pode admitir a existência de Deus ou mesmo confiar em um poder infinito; pode seguir fielmente os preceitos de uma religião. Mesmo com tantas gradações de intensidade, a fé pode determinar a nossa saúde e o nosso bem-estar.

2. O que é espiritualidade?

“A espiritualidade pode ser descrita como o ‘ingrediente ativo’ da religião. Embora ligadas, religião e espiritualidade podem ser distinguidas e consideradas separadamente”².

Usando uma metáfora, pensa-se a espiritualidade como as raízes essenciais e os nutrientes que sustentam uma grande árvore, cujos galhos principais simbolizam as diferentes religiões do mundo. Os ramos e as folhas menores representam denominações menores das principais religiões e tradições da fé. Mesmo os sistemas de crença ateístas podem ter raízes espirituais.³

O ser humano é de natureza espiritual, e a espiritualidade unifica e trabalha a inclusão. Cada indivíduo faz parte do todo e está imbuído do sagrado, dentro do contexto espiritual. Ela se aplica a todos, mesmo aos descrentes. Ninguém está imune.⁴

O Dicionário Houaiss da Língua Portuguesa de 2001 define o termo espiritualidade como: 1) qualidade do que é espiritual; 2) característica ou qualidade do que tem ou revela intensa atividade religiosa ou mística; religiosidade, misticismo; 3) tudo o que tem por objeto a vida espiritual; 4) elevação, transcendência, sublimidade.⁵ Falando da espiritualidade cristã:

²CULLIFORD, Larry. *A Psicologia da espiritualidade: O estudo do equilíbrio entre mente e espírito*. 1ª ed. SP: Editora Fundamento Educacional, 2015. p. 42.

³CULLIFORD, 2015, p. 42.

⁴CULLIFORD, 2015, p. 59.

⁵HOUAISS, Antonio; VILLAR, Mauro de Salles. *Dicionário Houaiss da língua portuguesa*. Rio de Janeiro: Objetiva, 2001. p. 1234.

Há cerca de três séculos, a palavra espiritualidade passou a ser muito usada no Ocidente cristão. Mas, quando se indaga pelo significado constatou-se que este é vago, como é vago o significado da palavra espírito, que lhe deu origem [...]. Quando se indaga a filósofos e teólogos o que é espiritualidade, as respostas são evasivas ou vagas. Parece uma daquelas palavras que todo mundo pode usar sem medo de equivocar-se. Desta maneira, por um lado, encontra-se diante de uma realidade difícil de definir e, por outro, difícil de excluir do vocabulário. Para os filósofos, em geral, trata-se mais de uma qualidade que de uma entidade. Contrapõe-se à materialidade. Refere-se a uma qualidade que transcende toda materialidade. Assim Deus, os anjos, a alma são exemplos perfeitos de seres espirituais. Neste caso emprega-se espiritual como negação de material. Espiritual então é a qualidade que convém a seres situados fora do espaço e do tempo [...].⁶

Neste tópico, apresentaremos exemplo da espiritualidade cristã-católica, que é apenas uma expressão de espiritualidade dentre muitas. Para falar desta espiritualidade é preciso reportar-se às escolas do passado, definidas como o conjunto de representantes, santos e beatos, teólogos, mestres, autores e homens de espírito que praticaram uma específica espiritualidade católica entendida como ciência de piedade. São também comuns as referências às escolas de espiritualidade (alemã, espanhola, francesa), mas nada se diz ainda das escolas de espiritualidade dos leigos ou do clero diocesano. Entendem-se comumente como escolas de espiritualidade as seguintes: eremítico oriental, basiliana, agostiniana, beneditina, dominicana, franciscana, carmelita, inaciana, filipina, salesiana, berulliana, vicentina, passionista e alfonsiana.⁷

O cristianismo é a maior revolução de todos os tempos. O segredo da radical transformação do mundo pelo cristianismo é, sem dúvida, a mensagem da sua espiritualidade. Santo Agostinho é o grande mestre da Igreja ocidental, e em todos os campos teológicos

⁶ZILES, Urbano. Espiritualidade cristã. In: TEIXEIRA, Evilázio Francisco Borges; MÜLLER, Marisa Campio; SILVA, Juliana Dors Tigre da (Orgs.). *Espiritualidade e qualidade de vida*. Porto Alegre: EDIPUCRS, 2004. p. 11.

⁷ ANCILLI, Ermanno. Pontifício Instituto de Espiritualidade Teresianum (Orgs.). *Dicionário de espiritualidade*. Edições Loyola: Paulinas, 2012. p. 899.

mostra a força criadora de seu gênio, a profunda e sofrida experiência humana e cristã que o tornou um dos maiores líderes espirituais de todos os tempos. No entanto o renascimento da literatura espiritual começou com o século XI, e no século XII São Bernardo de Claraval imprimiu uma forte marca na devoção do seu tempo, a tal ponto que não se compreende a alma religiosa da Idade Média isolada do movimento por ele originado.⁸

A essência do caráter original dessa espiritualidade foi confirmada e desenvolvida por influência de Tomás de Aquino, que uniu o pensamento especulativo mais claro à piedade mais ardente, sem jamais se ausentar das questões suscitadas. Sua obra abrangeu a vida mística, a contemplação e a vida espiritual em geral, e contribuiu decisivamente com o conjunto dos escritos do século XII pertinentes a esse campo de estudo.⁹

“[...] A outra grande corrente espiritual da segunda Idade Média é o franciscanismo, todo imbuído de amor terno e apaixonado por Cristo”¹⁰. Esse movimento “provocou no início do século XIII um forte desejo pela renovação da Igreja e da sociedade, mediante uma ação de caráter espiritual, servindo-se do amor e da pobreza como instrumentos principais”¹¹. Na realidade, a vida de Francisco foi dedicada ao louvor do Deus em que acreditava, exercendo esse louvor pelo amor às suas criaturas. Na piedade cristã do século XV ao século XVI, especialmente com o surgimento e a expansão do complexo fenômeno renascentista, verificou-se uma mudança notável em diversas manifestações, ainda que permanecesse a espiritualidade anterior, gradativamente modificada, no decurso de um século, sob a ação das transformações oriundas principalmente do humanismo e do protestantismo. Da concepção teocêntrica, transcendente e teológica, passou-se gradualmente à concepção humanística, antropocêntrica, imanentista e, enfim, materialista. Novas ideias e exigências acabaram por dar rosto a uma nova espiritualidade chamada “moderna” e imprimir um vigoroso dinamismo à vida espiritual, agora mais orientada para a ação do que antes, por novas instituições religiosas de caráter decididamente apostólico, a exemplo dos jesuítas.¹²

Já a espiritualidade preconizada por Inácio de Loyola floresceu num ambiente de polêmicas e lutas, em que se entrelaçavam e se batiam três complexos movimentos: o humanismo, o protestantismo

⁸ ANCILLI, 2012, p. 900-904.

⁹ ANCILLI, 2012, p. 905.

¹⁰ ANCILLI, 2012, p. 906.

¹¹ ANCILLI, 2012, p. 906

¹² ANCILLI, 2012, p. 906-907.

e a reforma católica. Portanto, a espiritualidade inaciana, seguindo a linha tradicional, inseriu-se num quadro novo de vida religiosa, que lhe conferiu dois caracteres distintivos: uma intenção prática, ativa e uma organização metódica.¹³

No entanto, a literatura espiritual italiana se expressou de uma forma moralizante em vários autores cujas obras são constituídas por relatórios de revelações e de êxtases. O século XVII italiano não teve, porém, figuras de primeiríssima ordem nem grandes fundadores nem as grandes místicas experimentais do século XVI.¹⁴

A espiritualidade italiana desses séculos encontrou, pois, a sua máxima expressão na vida religiosa, ao passo que teve relativa importância na literatura espiritual, a qual não produziu nem obras clássicas de permanente valor histórico nem escolas de sucessiva influência universal e duradoura.¹⁵

Pode-se verificar que a espiritualidade esteve presente em todas as escolas e épocas no decurso da história. A escola italiana teve uma importante contribuição, como todas as outras mencionadas anteriormente. Progressivamente novas ideias foram surgindo, introduzindo outras formas de assimilação da espiritualidade num sentido mais amplo e dinâmico, até a espiritualidade moderna, como a conhecemos.

Os movimentos de espiritualidade que, entre os rigores dos jansenistas e os exageros dos quietistas, se desenvolveram na França no século XVII formam um complexo variado e original. A índole dessas correntes foi mais ascética que mística, embora tenha se tratado de um ascetismo mais elevado, de espíritos eleitos situados entre a simples ascese e a mística pura. Todos os grandes autores dessa escola demonstram um profundo conhecimento do coração humano.¹⁶

Não menos afetiva que muitas outras, a espiritualidade francesa do século XVII desenvolveu difusamente temas referentes ao amor divino; temas preferidos, numa forma ou noutra, por quase todos os seus escritores e infelizmente nem sempre segundo uma segura e sadia doutrina.¹⁷

¹³ ANCILLI, 2012, p. 908.

¹⁴ ANCILLI, 2012, p. 910.

¹⁵ ANCILLI, 2012, p. 910.

¹⁶ ANCILLI, 2012, p. 911.

¹⁷ ANCILLI, 2012, p. 911.

A Alemanha protestante teve por sua vez, um dos grandes expoentes da mística cristã foi Jakob Bohme, filósofo luterano alemão o qual deixou sua marca na filosofia alemã e ao mesmo tempo na história da espiritualidade ocidental. Sua visão inclui o homem, o universo, a natureza de Deus e a alma. Nele encontramos ainda a velha doutrina do nascimento divino no fundo do espírito. No século XVII, a Inglaterra protestante também se destacou, com seus líderes espirituais. O misticismo surgiu e se difundiu sob diversas facetas. Jorge Fox, fundador dos quacres, representa uma liderança “ativa” de primeira ordem, independente das linhas tradicionais. O próprio movimento a que deu origem foi uma explosão de genuíno misticismo, comparável, sob certos aspectos, ao movimento renano dos Amigos de Deus.¹⁸

Com o Iluminismo, seguido do desenvolvimento histórico da espiritualidade ocidental, na metade do século XVIII, assiste-se a um sensível declínio, quase uma ruptura, que se resolveu lentamente somente na segunda metade do século seguinte. Nos séculos XVIII e XIX alastraram-se por toda parte, nas nações europeias, o Iluminismo, o racionalismo e o materialismo, como negações do sobrenatural e dos valores do espírito. Conceitos espirituais foram perdidos em virtude da expansão da razão.¹⁹

Duas foram sobretudo as consequências do Iluminismo sobre a espiritualidade: a secularização ou laicização da vida e a descristianização da sociedade. O Iluminismo rompeu com a concepção tradicional da vida, aberta e projetada para valores sobrenaturais e transcendentais, interpretando tudo (direito e moral, Estado e sociedade, economia e política, religião e cultura) numa perspectiva decididamente naturalista e racionalista. Essa visão da vida levou gradual e conseqüentemente à laicização da sociedade, penetrando no coração mesmo das massas, que foram se descristianizando cada vez mais. Do laicismo, mais ou menos inócuo, passou-se insensivelmente ao desprezo e ao abandono da prática religiosa, como indigna de gente “nova” e “iluminada”. A fé, a humildade, a caridade, a obediência, cristãmente sobrenaturais, foram substituídas pela razão, pela filantropia, pela autonomia pessoal que, segundo os iluministas,

¹⁸ ANCILLI, 2012, p. 911.

¹⁹ ANCILLI, 2012, p. 911.

levam ao máximo as forças vitais da natureza, freadas pelo tradicional e estático dogmatismo da Igreja.²⁰

Após o ressurgimento espiritual do século XIX, “[...] a vida religiosa, sob a influência do Iluminismo, passou por um evidente torpor. Foi se refazendo lentamente ao longo de todo o século, sustentada por grandes espíritos”²¹.

Por conseguinte, refloresceu a literatura ascética, no final do século XIX e início do século XX, juntamente com o renascimento da literatura mística. Os protagonistas desse renascimento tiveram como inspiração quase exclusivamente os grandes autores do século XVI. Sobretudo no último século foram reimpressos e traduzidos os místicos antigos, especialmente da patrística grega, mas também os da Igreja ortodoxa. A Bíblia voltou a ser a fonte direta da piedade e da vida espiritual, com conteúdo teológico e litúrgico, raro nos séculos anteriores.²²

“Estamos atravessando, sob todos os aspectos, um período de tensões e de dificuldades, como sempre aconteceu nas voltas da história. A tensão na espiritualidade atual é particularmente aguda [...]”²³.

Essa tensão, que está na alma mesma do cristianismo, deveria se exprimir numa forma mais harmônica e pacífica num futuro mais ou menos próximo. Tendo presente os dinamismos que operam na Igreja e a situação religiosa da sociedade civil, podem-se propor hipóteses e previsões. A vida espiritual do crente cristão será determinada obviamente de modo decisivo pelos impulsos que para tal fim receber da sua Igreja.²⁴

A visão espiritual assume dupla atitude: por um lado, de aceitação, assumindo o que percebe de válido nas instâncias temporais; por outro, de reação, rejeitando o que é considerado inegociável pela alma cristã e convidando à superação, não descartado certo exagero, fonte de polêmicas.²⁵

²⁰ ANCILLI, 2012, p. 912.

²¹ ANCILLI, 2012, p. 912.

²² ANCILLI, 2012, p. 912.

²³ ANCILLI, 2012, p. 915.

²⁴ ANCILLI, 2012, p. 915.

²⁵ ANCILLI, 2012, p. 915.

O vertiginoso e maravilhoso progresso tecnológico e a progressiva e espetacular conquista do espaço favorecerão e facilitarão a recuperação da ideia de Deus no coração do homem, e isso levará a um relançamento da espiritualidade contemplativa e a um difuso sentido místico da vida. Em meio a um mundo que concentrará em si a atenção e as forças dos cientistas, dos pensadores, dos técnicos e dos trabalhadores, não poderão faltar almas místicas, entregues completamente a Deus, como em todos os tempos da Igreja, necessárias ao mundo como a respiração à vida.²⁶

Em toda a história, o homem sempre se interessou pela espiritualidade e seus efeitos. Atualmente, esse tema estabelece diálogos com várias áreas do conhecimento, como Pedagogia, Psicologia, Teologia, Sociologia, Saúde e Filosofia. Para uma melhor compreensão da espiritualidade, analisemos a ótica teológica de Paul Tillich e Leonardo Boff.

O olhar de Paul Tillich sobre a espiritualidade é norteado pela divisão entre a vida e o Espírito. Seu tratamento da vida humana parte da busca do homem por uma vida sem ambiguidade, apresentando a vida como unidade multidimensional. De acordo com Tillich, existem mais de dez significados para “vida” num dicionário comum, o que leva muitos filósofos a hesitar quanto ao uso dessa palavra, enquanto outros restringem seu emprego ao âmbito dos seres vivos, manifestando um contraste entre vida e morte. Tillich acrescenta que, contudo, na virada do século XIX para o XX, uma grande escola filosófica estudava a “filosofia da vida”, incluídos pensadores como Nietzsche, Dilthey, Bergson, Simmel e Scheler, que influenciaram posteriormente muitos filósofos, principalmente os da linha existencialista.²⁷

O conceito genérico de vida dessa época foi o padrão a partir do qual se criou o conceito ontológico de vida. “A observação de uma determinada potencialidade de seres, seja de uma espécie ou de indivíduos, efetivando-se no tempo e no espaço, levou ao conceito ontológico de vida – vida como efetividade do ser”²⁸.

Tillich constrói, partindo dessa estrutura ontológica, uma reflexão sobre o fundamento da existência humana no “ser”. Quando o indivíduo se indaga do “ser”, não o faz de forma arbitrária ou

²⁶ ANCILLI, 2012, p. 916.

²⁷ TILLICH, Paul. *Teologia Sistemática*. Tradução Getúlio Bertelli e Geraldo Korndörfer. São Leopoldo: Sinodal, 2005.p. 475.

²⁸ TILLICH, 2005, p. 475.

eletiva. A pergunta pelo “ser” surge do “choque do não-ser”, quando o indivíduo se vê como ser em finitude: “o ‘ser’ limitado pelo ‘não-ser’ é a finitude”²⁹.

A relação entre a finitude e a infinitude apontada por Tillich abre um limite para a transcendência, em que “todas as estruturas da finitude obrigam o ser finito a transcender-se a si mesmo e, exatamente por esta razão, a tomar consciência de si mesmo como finito”³⁰. A consciência da finitude é a raiz da angústia existencial característica do ser humano.³¹

Para Leonardo Boff, a fim de entendermos o espírito, do qual deriva espiritualidade, precisamos desenvolver uma concepção de ser humano mais fecunda do que a convencional, transmitida pela cultura dominante. Esta define o homem como composto de matéria e espírito ou de corpo e alma. Segundo Boff, espiritualidade é algo presente no ser humano, de maneira integrada e globalizante, e não dualista, como transmitido pela concepção convencional. Isso significa que, apesar de o ser humano ser formado de corpo e alma ou de matéria e espírito, ele não deve ser compreendido de forma fragmentada ou justaposta, mas visto como unidade entre matéria e espírito, cuja convivência é dinâmica.³² Boff, portanto, traça um paralelo entre duas vertentes de espiritualidade, a convencional dualista e a holística, enfatizando esta última, a seu ver a mais correta.

Na compreensão de Boff, a visão convencional dualista do termo espiritualidade, ainda que acertada, é reducionista. Existem riquezas no ser humano que não podem ser exploradas senão por meio da interpretação segundo a visão globalizante corpo-alma. Para Boff, a visão holística da espiritualidade presume interpretá-la, de forma mais integrada, como personalidade e não somente como momento da vida. Assim, tudo pode se harmonizar e se articular na “totalidade” do ser humano, entendido, para Boff, como formado por três áreas fundamentais: a exterioridade, a interioridade e a profundidade. Essas áreas funcionam sempre juntas e articuladas entre si, numa visão holística derivada de uma antropologia mais rica e adequada ao complexo humano.³³

A exterioridade diz respeito ao conjunto das relações humanas com o universo, a natureza, a sociedade, o outro, a vida e a realidade

²⁹ TILLICH, 2005, p. 198.

³⁰ TILLICH, 2005, p. 199.

³¹ TILLICH, 2005, p. 200.

³² BOFF, Leonardo. *Crise: oportunidade de crescimento*. Petrópolis, RJ: Vozes, 2011. p. 59.

³³ BOFF, 2011, p. 60.

cotidiana. Nessa dimensão, o homem é um ser vivo complexo que interage com a natureza pelo trabalho e pelo cuidado. O resultado dessa interação é a cultura em diferentes expressões no espaço e no tempo. Todas essas dimensões estão presentes em nossa vivência corporal e no trato com o mundo exterior, mas deve-se entender “corpo como o ser humano todo inteiro, vivo, dotado de inteligência, de sentimento, de compaixão, de amor e de êxtase enquanto se relaciona para fora e para além de si mesmo, com a totalidade de seu mundo exterior”³⁴.

No prisma antropológico de Boff, “colocar questões fundamentais e captar a profundidade do mundo, de si mesmo e de cada coisa constitui o que se chamou de espiritualidade. Ela deriva de espírito. Espírito não é uma parte do ser humano”³⁵.

Boff analisa o ser humano de forma holística, provido de várias dimensões capazes de mútua interação. Na visão de Boff, todo olhar dualista de espiritualidade naufraga no reducionismo. No entanto, dotados da visão holística, podemos ver a espiritualidade em suas múltiplas variações.

É aquele momento pleno de nossa totalidade consciente, vivida sentida dentro de outra totalidade maior que nos envolve e nos ultrapassa: o universo das coisas, das energias, das pessoas, das produções histórico-sociais e culturais. Pelo espírito captamos o todo e a nós mesmos como parte e parcela desse todo.³⁶

Essa espiritualidade esquecida e tão necessária é importante para uma vida integrada e plenamente feliz, porque nenhum obstáculo, nenhuma doença, nem a própria morte destrói definitivamente o sentido profundo e amoroso que tudo preserva e plenifica o coração.³⁷

A espiritualidade supera o imaginável porque tem a ver com o divino ou sagrado. É intangível, não pode ser tocada, mas apenas sentida nos momentos em que é buscada para a satisfação dos anseios físicos, mentais ou espirituais. A espiritualidade pode ser compreendida como o elemento de sustentação capaz de minorar o sofrimento na dor, na angústia, na tristeza, na solidão ou na perda de um ente querido. A busca pela espiritualidade na mística, na religião ou em outra ferramenta de acesso ao sagrado sintoniza o

³⁴ BOFF, 2011, p. 61.

³⁵ BOFF, 2011, p. 64.

³⁶ BOFF, 2011, p. 64.

³⁷ BOFF, 2011, p. 67.

homem com o Divino para a solução de conflitos materiais e espirituais, como, por exemplo, nos momentos de aflição e nas intempéries do cotidiano.

3. Espiritualidade no contexto da saúde

Para embasar o tema espiritualidade e saúde, tomaremos como principal referência uma das obras de Harold G. Koenig, *Medicina, religião e saúde: o encontro da ciência e da espiritualidade*. Koenig é uma das maiores autoridades mundiais no campo da espiritualidade e sua influência na saúde. Diretor do Centro para Teologia, Espiritualidade e Saúde e Professor de Psiquiatria e Ciências do Comportamento da Duke University, nos Estados Unidos, formou-se na Universidade de Stanford e graduou-se em medicina na Universidade da Califórnia, em São Francisco. Tem mais de 40 livros, 300 artigos científicos e 60 capítulos de livros publicados.³⁸

Koenig mostra que os efeitos da religião, da espiritualidade e da saúde física e mental ainda são incompletos e a discussão do tema é nova na medicina moderna. Por conseguinte, são múltiplas as opiniões nesse campo, o que deve ser feito e como fazê-lo. No entanto, é possível demonstrar que os aspectos psicológicos, sociais e religiosos da vida humana podem afetar o corpo físico? Koenig mostra que tais caminhos são plausíveis, analisando seis áreas específicas da saúde humana afetadas pelo envolvimento religioso: saúde mental, funções imunológicas e endócrinas, função cardiovascular, estresse e doenças relacionadas a comportamento, mortalidade e deficiência física. Esse estudo abrange as diferenças da espiritualidade em relação a outros conceitos psicossociais, como bem-estar psicológico, altruísmo, perdão, humanismo, conexão social e qualidade de vida. A espiritualidade deve ser única e diferente de tudo o mais, um fenômeno inteiramente separado, que pode, então, ser examinado na sua relação com a saúde.³⁹

Koenig demonstra que fatores psicológicos e sociais influenciam a saúde do corpo físico, ideia controversa há pouco tempo atrás. Em um editorial de 1985, citado por Koenig, Marcia Angell, ex-editora do *New England Journal of Medicine*, afirmou que “nossa crença na doença como um reflexo direto do estado mental é, em grande parte, folclore”. Muitos estudos posteriores, publicados em alguns dos melhores periódicos de ciência do mundo, provaram

³⁸KOENIG, Harold G. *Medicina, religião e saúde: o encontro da ciência e da espiritualidade*. Porto Alegre: L&PM, 2015. p. 242.

³⁹KOENIG, 2015, p. 9.

que Angell estava errada. Hoje, a chamada psiconeuroimunologia, intimamente relacionada à “medicina psicossomática”, que analisa como as experiências mentais e sociais afetam aspectos da saúde física.⁴⁰

A partir dos estudos de Koenig, aqui será feita uma síntese das relações entre religião/espiritualidade e áreas mais específicas da saúde, começando com a saúde emocional ou mental.

Koenig define saúde mental como a ausência de distúrbio mental (depressão, suicídio e ansiedade) e a presença de emoções positivas (bem-estar, otimismo e esperança). Para Koenig, boa parte das pesquisas sobre religião e saúde mental é transversal e observacional, o que situa a religião ora como indutora de melhor saúde mental, ora como fator de adoecimento:

Por exemplo, indivíduos com estados emocionais negativos talvez tenham probabilidade menor de buscar envolvimento religioso, o que poderia explicar alguns dos achados transversais. Além disso, resta pouca dúvida de que a religião também pode produzir efeitos negativos em pessoas vulneráveis, com culpa não saudável, aumento do medo ou depressão agravada. Não obstante, as evidências gerais favorecem um impacto positivo da religião sobre a saúde mental. Estudos demonstram correlações inversas consistentes entre envolvimento religioso e emoções negativas, como depressão e ansiedade, enquanto, ao mesmo tempo, outros estudos relatam associações positivas com emoções positivas, como bem-estar, esperança e otimismo.⁴¹

Essas relações podem ser sentidas tanto em indivíduos mais fortes quanto entre pessoas submetidas a estresse, sobretudo o estresse da doença clínica, quando se espera que a religião subsidie um enfrentamento eficaz. Estudos prospectivos em pacientes clínicos têm demonstrado que o envolvimento espiritual está ligado a uma recuperação mais rápida de pacientes com quadro depressivo. Além disso, uma série de ensaios clínicos relata que as intervenções de fé ou religião aceleram a solução de sintomas de depressão ou ansiedade. Essas conexões entre religião e saúde mental também podem ter implicações para a saúde física. O modo como pensamos, acreditamos e sentimos é capaz de afetar nossos corpos.⁴²

⁴⁰ KOENIG, 2015, p. 4-5.

⁴¹ KOENIG, 2015, p. 81.

⁴² KOENIG, 2015, p. 81.

A sobrevivência de um indivíduo por mais de um século indica que seus sistemas imunológico e endócrino devem ter sido fortes durante esse período. Eles combateram infecções e evitaram ou contiveram processos malignos, possibilitando a cura após acidentes ou cirurgias e protegendo contra outras doenças fatais. O funcionamento anormal desses sistemas não permitira a vida por muito tempo. “A religião ajuda as pessoas com o enfrentamento e geralmente produz emoções positivas, em vez de negativas, o que pode afetar as funções imunológica e endócrina positivamente”⁴³.

As relações entre religião/espiritualidade e essas funções físicas, sobretudo entre pessoas que sofrem de limitações nessa área: idosos e indivíduos com distúrbios imunológicos e endócrinos, como pessoas infectadas pelo HIV ou pela AIDS, distúrbios autoimunes ou câncer metastático. A vulnerabilidade dessas pessoas ao estresse psicossocial manifesta-se de modo rápido e evidente, comparada a tentativas de observar indivíduos saudáveis ao longo de muitas décadas.⁴⁴

Para Koenig, o sistema neuroendócrino trabalha em coordenação próxima com o sistema imunológico, num intricado ciclo de realimentação que possibilita a cada um desses sistemas influenciar e regular o outro. O principal hormônio que afeta o funcionamento imunológico é o cortisol, muito sensível a níveis de estresse psicológico e social. Portanto, a explicação mais simples é que o estresse psicológico (sobretudo o estresse crônico) aumenta o cortisol sérico, que, por sua vez, suprime as funções imunológicas.⁴⁵

As evidências indicam que os comportamentos religiosos e espirituais são geralmente associados a um melhor funcionamento imunológico e endócrino. Segundo Koenig, as doenças cardiovasculares são a causa mais comum de morte tanto em países de primeiro e terceiro mundo, o que reforça a necessidade de entender as relações entre envolvimento religioso e funções cardiovasculares.⁴⁶

A maior parte dos estudos de envolvimento religioso/espiritual e função cardiovascular envolve grandes estudos epidemiológicos, ou seja, pesquisas da população, nas quais as atividades

⁴³ KOENIG, 2015, p. 82.

⁴⁴ KOENIG, 2015, p. 82-83.

⁴⁵ KOENIG, 2015, p. 83.

⁴⁶ KOENIG, 2015, p. 96.

religiosas/espirituais são avaliadas e uma atividade cardiovascular, como pressão arterial, é medida.⁴⁷

A religiosidade é de fundamental importância no mundo globalizado. Estudos mostram que a fé e a espiritualidade podem alterar o comportamento em relação ao estado de saúde. A ciência e a religião trabalham para restaurar o ser humano a fim de que este desfrute de bem-estar físico, mental e espiritual.

“Atividades religiosas ou espirituais também estão associadas a uma série de comportamentos de saúde que influenciam a função cardiovascular, como dieta (colesterol), exercício e tabagismo”⁴⁸.

É sabido que práticas alimentares especiais no cuidado do corpo, exercem uma função central em muitas, se não todas, as religiões mundiais, como períodos de jejum, aprovação de certos alimentos e proibição de outros. Por exemplo, as tradições católica e ortodoxa não permitem comer carne às sextas-feiras, enquanto tradições cristãs conservadoras incentivam o jejum por motivos religiosos. Estudos indicam que os membros da Igreja Adventista do Sétimo Dia costumam ser vegetarianos, e sua expectativa de vida média excede à da população geral por uma média de quatro anos, com índices mais baixos de mortalidade por doenças cardiovasculares. Também é conhecido que os judeus ortodoxos e alguns conservadores aderem à dieta *kosher*, que exclui moluscos e carne de porco, uma prática que pode afetar os níveis de lipídios no sangue.⁴⁹

Para tanto, a maioria dos muçulmanos pratica o jejum durante o mês do ramadã. Os hindus e os budistas também têm suas próprias regras referentes à alimentação, como outras comunidades religiosas que seguem suas tradições de acordo com a fé e princípios contidos na cultura particular.⁵⁰

Essas descobertas são reforçadas por alguns estudos experimentais que demonstram menor reatividade cardiovascular em pessoas mais religiosas. Práticas espirituais como meditação podem reduzir a pressão arterial e a necessidade de medicamento anti-hipertensivo, podendo inclusive reduzir a espessura da parede arterial, um fator de risco para doença arterial coronariana e AVC. Por fim, outros fatores que sabidamente influenciam as

⁴⁷ KOENIG, 2015, p. 96-97.

⁴⁸ KOENIG, 2015, p. 108.

⁴⁹ KOENIG, 2015, p. 108-109.

⁵⁰ KOENIG, 2015, p. 109.

funções cardiovasculares, como exercícios, dieta, colesterol e tabagismo parecem estar em níveis saudáveis em indivíduos mais ativos de uma perspectiva religiosa ou espiritual.⁵¹

Quase não há dúvidas de que o envolvimento religioso pode auxiliar no enfrentamento do estresse psicológico e social causado por doenças cardíacas, distúrbios metabólicos como diabetes, alterações cognitivas causadas pela idade e câncer.⁵²

Sabemos que essas condições médicas são afetadas de forma adversa pelo estresse e por emoções negativas, fatores que as crenças religiosas e a atividade podem ajudar a diminuir ou prevenir. Portanto, não surpreende o fato de que os estudos encontrem menos doenças relacionadas ao estresse ou melhores resultados de doenças entre pessoas que são mais religiosas. Embora nem todos os estudos verifiquem tais associações, muitos o fazem, sobretudo quando variáveis explanatórias são diferenciadas das variáveis de confusão nas análises estatísticas. Há pouca ou nenhuma evidência de que o envolvimento religioso agrava doenças relacionadas ao estresse, embora seja provável que a falta de atenção médica nas fases iniciais de distúrbios cardiovasculares, metabólicos e malignos (ou a recusa completa de tratamento médico) resulte em piores resultados físicos. O envolvimento religioso e o tratamento médico podem trabalhar muito bem em conjunto. Mas quando um ou outro é excluído, os resultados do paciente provavelmente serão afetados.⁵³

Koenig mostra que os fatores genéticos tornaram-se uma explicação comum para muitas doenças. Todavia a genética ainda tem limites, sobretudo no entendimento do que proporciona vida longa e saudável. As pesquisas mostram que apenas um quarto da expectativa de vida, no máximo, pode ser atribuído a causas genéticas, e os genes têm pouca influência na longevidade antes dos sessenta anos.⁵⁴

⁵¹ KOENIG, 2015, p. 112.

⁵² KOENIG, 2015, p. 127.

⁵³ KOENIG, 2015, p. 127-128.

⁵⁴ KOENIG, 2015, p. 129.

Estudos mostram que as principais causas de óbito nos Estados Unidos e em todo o mundo são doenças cardíacas, câncer, distúrbios cerebrovasculares (inclusive AVC) e doenças infecciosas.⁵⁵

Similarmente, as pessoas que têm melhor saúde física sem problemas de mobilidade têm mais condições de participar de serviços religiosos e maior probabilidade de viver mais. Por outro lado, membros de grupos minoritários (afro-americanos, mexicano-americanos etc.) tendem a ter maior envolvimento religioso do que os caucasianos e, ainda assim, têm maiores índices de mortalidade. Do mesmo modo, pessoas com mais idade tendem a ser mais religiosas do que os mais jovens, e a velhice com certeza está relacionada à maior mortalidade. Assim, características como gênero, escolaridade, etnia, idade e mobilidade física na linha de base são chamadas de “fatores de confusão”, porque podem criar a falsa impressão de que a participação em atividades religiosas está associada a maior ou menor mortalidade, quando tais correlações resultam unicamente da associação entre essas outras características e a longevidade (não tendo nada a ver com a participação religiosa).⁵⁶

É provável que um número sem precedentes de pessoas passe grande parte de seus últimos anos sofrendo de deficiência física, cujas consequências psicológicas podem aprofundar o quadro e provocar uma espiral negativa de aumento da dependência e redução da motivação em tomar atitudes para lidar com o problema. A incapacidade de tomar conta das próprias necessidades físicas já produz grande sofrimento e aflição e a dependência em relação aos outros afeta a autoestima e o senso de propósito e significado da vida.⁵⁷

Quem lida com o problema mediante a religião está menos sujeito à depressão e se recupera mais rapidamente da doença. Também há evidências de que as pessoas com problemas de saúde e deficiências voltam-se para a religião com maior frequência, em busca de força e conforto, do que aquelas sem problemas de saúde.⁵⁸

⁵⁵ KOENIG, 2015, p. 129.

⁵⁶ KOENIG, 2015, p. 130.

⁵⁷ KOENIG, 2015, p. 146.

⁵⁸ KOENIG, 2015, p. 147.

As causas da deficiência física são importantes ao se considerar os possíveis efeitos que o envolvimento religioso pode ter. Depois de infecções e doenças parasíticas, a principal causa mundial de deficiência (definida como anos de vida em que se sofre de uma deficiência) não é um problema de saúde física – é a depressão maior, que afeta mais de 50 milhões de pessoas no mundo inteiro. A depressão não só causa deficiência, como também é consequência da deficiência. A impossibilidade de enfrentar as mudanças, as perdas e as restrições causadas pela doença física muitas vezes resulta em depressão.⁵⁹

Quando a depressão se agrava, é cada vez menor a motivação para a reabilitação e o paciente torna-se menos engajado na própria recuperação. O paciente deprimido se sente cansado o tempo todo, tem maior dificuldade de concentração e, com frequência, não se sente motivado ao esforço necessário para melhorar. É quando a vida começa a perder o sentido, com pouca esperança de que algo possa fazer diferença. Alguns indivíduos ficam tão desmotivados que procuram interromper essa tortura interminável apressando a própria morte, seja recusando os tratamentos médicos, seja adotando medidas mais diretas. Assim, qualquer estratégia de prevenção da depressão ou aceleração de sua resolução deverá potencializar a capacidade e o desejo de bom funcionamento mental, social e físico.⁶⁰

Há evidências de que o envolvimento religioso é eficiente para enfrentar depressão, estresse, doenças relacionadas ao comportamento, mortalidade e deficiência física. O envolvimento com a religião também estimula pensamentos positivos, fomentando a sensação de bem-estar e a capacidade emocional para lidar com situações adversas.

A importância da espiritualidade é reconhecida pela Associação Psiquiátrica Americana (APA – American Psychiatric Association), que sugere aos psicoterapeutas determinados procedimentos para abordarem o assunto. Por exemplo, investigar na anamnese o envolvimento que o paciente tem com religião e espiritualidade, para identificar se há relevância no quadro clínico apresentado. Também é recomendado pela associação apontar o uso de

⁵⁹ KOENIG, 2015, p. 147.

⁶⁰ KOENIG, 2015, p. 147.

recursos religiosos e espirituais no tratamento psicológico.⁶¹

Em uma anamnese clínica, que é o histórico de vida, é importante compreender o que motiva o indivíduo à espiritualidade. O desenvolvimento dos recursos internos para superar a dor e a entrada na vida monástica com o intuito de fugir da realidade são, sem dúvida, alternativas bem distintas.⁶²

A despeito da compreensão da importância da espiritualidade na área da saúde, os desafios práticos são tremendos. Para começar, é difícil conceituar algo tão amplo como a espiritualidade. E mesmo que esse conceito seja alcançado, encontra-se grande complexidade em operacionalizar a espiritualidade, bem como em investigá-la experimentalmente.⁶³

A falta de espiritualidade impacta negativamente o bem-estar físico do indivíduo em meio à enfermidade. A doença pode se materializar quando o lado não sagrado da vida domina e sufoca o outro lado, cortando a conexão do indivíduo com Deus.⁶⁴

As conceituações em torno da ideia de saúde não são fixas e variam de acordo com o momento histórico, aliado às condições políticas, sociais, econômicas, culturais. Por sua vez, o entendimento dessas variáveis está condicionado a certa forma de estudos desses fatores. Por exemplo, noções históricas, como Idade Antiga, Idade Média e Renascimento são mais elaborações feitas a partir do Iluminismo do que períodos reais.⁶⁵

É provável que o contato do homem pré-histórico com a dor e o sofrimento tenha configurado as primeiras noções ligadas ao binômio saúde-doença. Partindo-se do pressuposto de que o conhecimento sempre foi atingido por meio de alguma forma de comparação, pode-se também supor que a construção das noções de

⁶¹BLOISE, Paulo. *Saúde Integral: a medicina do corpo, da mente e o papel da espiritualidade*. São Paulo: Editora Senac, 2011. p. 145.

⁶²BLOISE, 2011, p. 145.

⁶³BLOISE, 2011, p. 145-146.

⁶⁴GOTTFRIED, Adrián. Perspectivas judaicas de saúde e enfermidade: healing e espiritualidade. In: BLOISE, Paulo. *Saúde Integral: a medicina do corpo, da mente e o papel da espiritualidade*. São Paulo: Editora Senac, 2011. p. 350.

⁶⁵NEVES, Afonso Carlos. Conceito ampliado de saúde. In: BLOISE, Paulo. *Saúde Integral: a medicina do corpo, da mente e o papel da espiritualidade*. São Paulo: Editora Senac, 2011. p. 23.

sentir-se mal ou de sentir-se bem tenha ocorrido mediante comparações entre diferentes condições de percepção do próprio corpo ou de si mesmo em sentido amplo, bem como da interpretação dessas percepções.⁶⁶

Com a criação da Organização Mundial da Saúde (OMS) em 1948, foi elaborado o conceito de saúde como “pleno bem-estar físico, mental e social”. Com o fim da Segunda Guerra Mundial, ganhou espaço a ideia de welfare, ou seja, de bem-estar, a ser propiciado pelo Estado aos cidadãos, como um benefício público, o que influenciou esse paradigma de saúde como um bem-estar social.⁶⁷

No entanto, o bem-estar físico ou objetivo é aferido por tudo que concerne ao corpo, como a história clínica, o exame físico e a propedêutica armada (por exemplo, com raios X e ressonância magnética). Já o bem-estar mental ou subjetivo só pode ser avaliado a partir da narrativa do próprio indivíduo a respeito de sua interação consigo mesmo e com os outros.⁶⁸

Diante do exposto, pode-se [...] entender que diferentes condicionantes influenciaram paradigmas em diversas épocas. A noção de “mente sã em corpo sã” atravessou dois milênios desde os romanos, somada à ideia grega de busca de equilíbrio no organismo. Em certos períodos, estar bem com a saúde implicava ter certa correção de natureza espiritual/religiosa, como entre os egípcios, os romanos e na Idade Média. Essa influência nunca abandonou as mais diversas culturas, mesmo depois do desenvolvimento científico. O que ocorreu foram modificações na maneira de os indivíduos estabelecerem uma convivência entre a vertente científica e a espiritual/religiosa, podendo ser também chamada de mítica.⁶⁹

Para Coelho, a doença é um processo que expõe o ser humano a experiências pouco conhecidas ou consideradas no cotidiano. É um momento de questionamento diante da vida, de si mesmo, da perda

⁶⁶ NEVES, 2011, p. 24.

⁶⁷ NEVES, 2011, p. 29.

⁶⁸ NEVES, 2011, p. 31.

⁶⁹ NEVES, 2011, p. 33.

e do princípio de realidade. Confrontar essas questões é entrar em sofrimento e sobrepujá-lo, forjando uma organização interna mais madura e mais próxima de um aspecto da realidade da vida, que é a morte.⁷⁰

A religiosidade tem exercido grande impacto na saúde física, definindo-se como fator de prevenção de enfermidades na população sadia e redução de óbito. Pesquisas independentes, com participação de grande número de voluntários, mostram que a prática regular de atividades religiosas tem reduzido o risco de óbito em cerca de 30%. Estudos voltados à avaliação da relação entre redução de mortalidade e práticas religiosas têm enfatizado o êxito dessas práticas na indução a hábitos de vida saudáveis e ao suporte social, bem como menores taxas de stress e depressão.⁷¹

O papel da espiritualidade, portanto, é relevante no processo de tratamento de pacientes, quando se trata do enfrentamento de situações de crise. O exercício da fé é de fundamental importância quando se busca um lenitivo para o restabelecimento do bem-estar físico, mental e espiritual. Independentemente de credo, raça, cor e religião, o indivíduo

Considerações finais

O relacionamento e o cuidado com enfermos são uma das mais privilegiadas expressões do ser humano. O ser humano é uma unidade indivisível, por isso o cuidado com o outro e o autocuidado só têm valor se forem integrais. Em certo período da história humana, o cuidado com enfermos nos hospitais infelizmente foi tratado como questão meramente biológica. Isso limitou a compreensão do cuidado à busca da cura de partes do corpo adoecidas, sem equivalente no que se refere às feridas da alma. Não se levava em conta que essas feridas escondidas poderiam ser tão nocivas à saúde quanto as visíveis.

O conforto espiritual, como forma de compreender a fase por que passa o enfermo durante o tratamento da doença, é tarefa essencial. Pontos importantes identificados pelos psicólogos como

⁷⁰COELHO, Marilda Oliveira. A dor da perda da saúde. In: CAMON, Valdemar Augusto Angerami (Org.). *Psicossomática e a psicologia da dor*. São Paulo: Pioneira Thomson Learning, 2004. p. 89.

⁷¹GUIMARÃES, Hélio Penna; AVEZUM, Álvaro. O impacto da espiritualidade na saúde física. *Revista de Psiquiatria Clínica*. N. 34, suplemento 1;88-94, 2007. p. 93. Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?pid=S0101-60832007000700012&script=sci_abstract&tlng=pt. Acesso em: 26 set. 2017.

autoconhecimento mostram a possibilidade de migração de uma experiência de autoconhecimento para o conhecimento da espiritualidade. Concorde-se em grande medida que a maioria das enfermidades provém de reações de ordem psicossomática, cujo enfrentamento é relevante na busca da espiritualidade, que envolve nossa dimensão física e a alma espiritual.

Desequilíbrio capaz de levar à morte, a enfermidade é sempre assustadora. Essa luta contra o desconhecido leva o doente a buscar apoio de acordo com a orientação disponível no entorno. A luta pela sobrevivência requer o apoio solidário para a superação das dificuldades. A espiritualidade conforta na angústia, consola na doença, auxilia na dor e mesmo no luto; é a fé que acompanha o paciente na vida e na perspectiva da morte. Além do conforto inquestionável que a espiritualidade representa na aceitação da enfermidade e no convívio com ela, persiste a questão quanto à sua influência determinante na cura, já que fortalece o paciente e o habilita a lidar com as dificuldades.

Referências

- ANCILLI, Ermanno. Pontifício Instituto de Espiritualidade Teresianum (Orgs.). *Dicionário de espiritualidade*. Edições Loyola: Paulinas, 2012.
- AZEVEDO, Israel Belo de. *O prazer da produção científica*. 11 ed. Ver. e atual. São Paulo: Hagnos, 2001.
- BAUER, Martin W.; GASKELL, George. *Pesquisa qualitativa com texto, imagem e som: um manual prático*. 6 ed. Petrópolis, RJ: Vozes, 2007.
- BLOISE, Paulo. *Saúde integral: a medicina do corpo, da mente e o papel da espiritualidade*. São Paulo: Editora Senac, 2011.
- BOFF, Leonardo. *Crise: oportunidade de crescimento*. Petrópolis, RJ: Vozes, 2011.
- COELHO, Marilda Oliveira. A dor da perda da saúde. In: CAMON, Valdemar Augusto Angerami (Org.). *Psicossomática e a psicologia da dor*. São Paulo: Pioneira Thomson Learning, 2004.
- CULLIFORD, Larry. *A psicologia da espiritualidade: o estudo do equilíbrio entre mente e espírito*. São Paulo: Editora Fundamento Educacional, 2015.
- GOTTFRIED, Adrián. Perspectivas judaicas de saúde e enfermidade: *healinge espiritualidade*. In: BLOISE, Paulo. *Saúde integral: a medicina do corpo, da mente e o papel da espiritualidade*. São Paulo: Editora Senac, 2011.

GUIMARÃES, Hélio Penna; AVEZUM, Álvaro. O impacto da espiritualidade na saúde física. *Revista de Psiquiatria Clínica*. n. 34, suplemento 1;88-94, 2007. Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?pid=S0101-60832007000700012&script=sci_abstract&tlng=pt. Acesso em: 26 set. 2017.

HOUAISS, Antonio; VILLAR, Mauro de Salles. *Dicionário Houaiss da língua portuguesa*. Rio de Janeiro: Objetiva, 2001.

KOENIG, Harold G. *Medicina, religião e saúde: o encontro da ciência e da espiritualidade*. Porto Alegre: L&PM, 2015.

NEVES, Afonso Carlos. Conceito ampliado de saúde. In: BLOISE, Paulo. *Saúde integral: a medicina do corpo, da mente e o papel da espiritualidade*. São Paulo: Editora Senac, 2011.

PESCUMA, Derna. Projeto de pesquisa – *o que é? Como fazer: um guia para a sua elaboração*. São Paulo: Olho d'Água, 2013.

TILLICH, Paul. *Teologia sistemática*. Tradução Getúlio Bertelli e Geraldo Korndörfer. São Leopoldo: Sinodal, 2005.

USARSKI, Frank. O aspecto disciplinar da ciência da religião. São Paulo: Paulinas, 2007. ZILES, Urbano. Espiritualidade cristã. In: TEIXEIRA, Evilázio Francisco Borges; MULLER, Marisa Camplo; SILVA, Juliana Dors Tigre (Orgs.). *Espiritualidade e qualidade de vida*. Porto Alegre: EDIPUCRS 2004.