

39. Moises Correa de Seixas

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