

FACULDADE UNINA

A IMPORTÂNCIA DA ESPIRITUALIDADE NA VIDA DO SER HUMANO E DA
SOCIEDADE

CORBÉLIA/PR

2021

FACULDADE UNINA
MARIA EONICE MARTINS BIRKAN

A IMPORTÂNCIA DA ESPIRITUALIDADE NA VIDA DO SER HUMANO E DA
SOCIEDADE

Trabalho entregue á Faculdade Unina,
como requisito legal para convalidação
de competências, para obtenção de
certificado Graduação do curso de
TEOLOGIA, conforme Norma Regimental
Interna e Art. 47, Inciso 2, da LDB
939/96.

Orientador: Me. João Ferreira Santiago

CORBÉLIA/PR

RESUMO

Neste trabalho abordarei a importância da espiritualidade na vida do ser humano e na sociedade, consolidando suas necessidades espirituais. Percebemos que na atualidade o ser humano tem se voltado cada vez mais para si, para seu interior, seja por motivos de ordem social, cultural ou econômica, mas a espiritualidade vem e humaniza o ser humano, pois sentimos a necessidade da outra pessoa humana e com isso podemos contemplar Deus no próximo. A espiritualidade tem sido visto como uma experiência de Deus. A pessoa sente Deus, vive Deus, tanto através da oração da prática da caridade, da solidariedade, do amor ao seu próximo, tudo isso faz do ser humano um ser de valor espiritual e verdadeiro cristão. Para vivermos uma verdadeira espiritualidade cristã, devemos nos espelhar na vida de Jesus Cristo, assim faz-se necessário estar atento ao seguimento de ideais de Cristo, cultivando os verdadeiros valores humanos e cristãos que devem ser alicerce para nossa vivência cristã, embasada na fé. Precisamos estar inseridos na comunidade, formar comunidade, onde se compartilha nossas vidas, viver em unidade e simplicidade, evitando o individualismo e aceitando os valores comunitários, criando laços que fazem com que o Reino de Deus seja vivido na sua plenitude.

Palavra-chave: Descoberta de Conhecimento; Bases Textuais; Correlação de Informação.

ABSTRACT

In this work I will address the importance of spirituality in the life of human beings and in society, consolidating their spiritual needs. We realize that nowadays the human being has been turning more and more towards himself, inwardly, whether for social, cultural or economic reasons, but spirituality comes and humanizes the human being, because we feel the need of the other human person and with that we can contemplate God in the neighbor. Spirituality has been seen as an experience of God. The person feels God, lives God, both through the prayer of the practice of charity, of solidarity, of love for his neighbor, all of this makes the human being a being of spiritual value and true Christian. To live a true Christian spirituality, we must mirror the life of Jesus Christ, so it is necessary to be attentive to following Christ's ideals, cultivating true human and Christian values that must be the foundation for our Christian experience, based on faith. We need to be inserted in the community, form a community, where our lives are shared, live in unity and simplicity, avoiding individualism and accepting community values, creating bonds that make the Kingdom of God be lived in its fullness.

Keywords: Knowledge Discovery; Text Databases; Information Correlation.

1. INTRODUÇÃO

A espiritualidade é algo singular, cada ser tem sua espiritualidade, dentro de uma sociedade há vários tipos de crenças onde se é permitido adorar suas divindades. Quando falamos de espiritualidade entendemos crer em Deus vivo, como podemos saber qual a crença de uma pessoa? Muitos creem no poder aquisitivo, outras em um pedaço de madeira, outro no futebol, no carnaval, no papai Noel, qual o grau de sua espiritualidade? Em quem você acredita? Como vimos em uma sociedade há vários tipos de crenças, mas todos creem em alguma coisa, como percebemos não há ser humano sem sua espiritualidade, sabemos que nossas crenças nos impulsionam, nos faz crer em um dia melhor. Se analisarmos desde o nascimento este ser tão pequeno, frágil é condicionado a acreditar em alguma coisa, em algo que dê a ele esperança de ter uma vida melhor.

Sabemos que não é fácil em nossa sociedade pós-moderna viver uma espiritualidade que satisfaça e preenche o vazio que sentimos. O tempo parece ser cada vez menos, ou que passa tão rápido que nem percebemos, e são tantas opções que a sociedade oferece, fazendo do homem muitas vezes prisioneiro de si mesmo.

O que aconteceu a Adão e Eva, espiritualmente, por causa da queda? Morreram. Sua união com Deus foi rompida e ficaram separados Dele. Deus havia dito especificamente: ``mas, da árvore do conhecimento do bem e do mal não comerás ; porque no dia em que dela comeres, certamente morrerás`` (Gn 2.17). Comeram e morreram. Morreram fisicamente? Não. O processo de morte começou, mas ainda viveram centenas de anos. Morreram espiritualmente.

Tal como herdamos a vida física de nossos primeiros pais, assim também herdamos deles a morte espiritual (Rm 5.12, Ef 2.1, 1 Co 15.21,22). Cada ser humano morto, separado de Deus. Também herdamos de Adão a capacidade de vida espiritual. Paulo escreveu: “...mesmo que o nosso homem exterior se corrompa, contudo o nosso homem interior se renova de dia em dia,” (2Co 4.16). Todas as pessoas possuem uma espiritualidade, independente se professa uma ou outra religião, até mesmo, sem nenhuma religião, por que não dizer, até os que dizem não crer num Ser superior.

A espiritualidade não nasce de uma organização externa. Ela está presente no nosso interior. Como se manifesta que somos seres espirituais, possuidores de uma espiritualidade? Pelo simples modo de agir, de ver o mundo, as pessoas, a realidade, os acontecimentos. Minha espiritualidade me faz olhar todas as pessoas e ver nelas as maravilhas do Divino, como dizia Jesus: “ Quem me vê, vê o Pai ”. A espiritualidade me faz ver as pessoas não a partir das suas crenças, nem da sua raça ou condição de vida, mas daquilo que temos em comum, dos valores e princípios, das necessidades comuns de sermos amados, respeitados, valorizados, de sermos fraternos e solidários.

Para que a espiritualidade se torne algo pessoal deve sair do papel, do campo das ideias e se fazer vida. Somente quem vive olhando para o alto e não se deixando escravizar pelas coisas da terra pode lentamente tornar-se uma pessoa espiritual.

Devemos evitar o espiritualismo que nos impede de compreender que a ação é o caminho certo de toda forma de espiritualidade. A busca da espiritualidade não pode nos prejudicar, mas deve ajudar a ser cada vez mais livre da matéria e senhores dos nossos instintos.

A verdadeira espiritualidade é fruto de uma luta corajosa, forte, onde ficamos feridos, arranhados e sangrando, mas não desistimos da luta. Na verdade, nunca seremos felizes se nos deixarmos dominar pelo egoísmo que está dentro de nós.

Os frutos do espírito são: caridade, alegria, paz, longanimidade, afabilidade, bondade, fidelidade e mansidão. Aqueles que vivem esses frutos do espírito não tem mais lei, por que são orientados pelo amor, e quem ama sabe que jamais poderá fazer o mal nem a si mesmo e nem aos outros.

2- DESENVOLVIMENTO

2.1 Espiritualidade

Espiritualidade tem a ver com o propósito e sentido que a pessoa encontra para a sua vida. Algumas encontram essa conexão com a religião, ou com o Divino. Enquanto outras podem achar com eles mesmos, na convivência com pessoas queridas, arte, natureza e outros.

Como é um conceito amplamente reconhecido, envolve a crença em uma força poderosa que controla o universo e o destino do homem. Além disso, exercer a espiritualidade no cotidiano diz respeito às maneiras pelas quais as pessoas cumprem o que considera ser o propósito maior de sua vida, ou seja, uma busca pelo sentido mais amplo da vida, pois evoca um senso de conexão com o universo.

Assim a universalidade pode se estender através dos diferentes credos e culturas, mas, ao mesmo tempo, é sentida de forma muito pessoal e única por cada um, pois se relaciona com o sagrado da

experiência humana em nossa maior intimidade. Obviamente que a religião é uma forma de também exercermos nossa espiritualidade, entretanto, de maneira mais institucionalizada.

Conclui-se, portanto que o compromisso existencial com uma força divina pode fornecer um maior senso de coerência, transmitindo um significado profundo a nossa vida cotidiana e uma estrutura organizacional pessoal maior para lidarmos com nossas experiências de vida, o que pode ser especialmente útil em tempos de maior adversidade, angustia e sofrimento.

Torna-se notório a grande importância exercida pela crença em algo superior e o quanto esse processo influencia e altera positivamente, nossa capacidade de superação, dotando-nos de uma maior resiliência frente às mazelas emocionais da vida.

2.2 Espiritualidade e os Benefícios para a Saúde:

A relação das pessoas com o Sagrado, em suas mais diversas formas, também pode ser uma fonte de bem-estar. O equilíbrio entre a mente, corpo e o espírito é capaz de trazer benefícios e melhorar a qualidade de vida.

A espiritualidade é uma das essências que norteiam a vida do ser humano, acreditar em algo superior e fortalecer a fé faz com que a sanidade e a esperança impulsionem as conquistas da vida. Segundo o Censo em uma das análises da sociedade brasileira é possível extrair o número de 99,7% dos brasileiros que dizem acreditar em Deus e a grande maioria com 87% seguem a religião cristã. A relação entre a saúde e espiritualidade existe desde o princípio da história do homem. Por isso, a relação entre esses dois caminhos – espiritualidade e medicina, na história, são interligadas e são muito mais que apenas um espaço para a cura da saúde física.

Benefícios da espiritualidade em momentos delicados da saúde:

Traz confiança

Aumenta as chances de sucesso do tratamento

Ameniza as dores espirituais
Renova as energias
Conecta o paciente com uma missão maior
Cria uma relação humanizada
Desenvolve os pensamentos positivos com mais facilidade
Equilibra o estado emocional
Capacidade de uma comunicação verdadeira e clara
Acalma nos pensamentos
Fé e esperança de cura
Entendimento do valor da família
Sentimento de acolhimento

Os efeitos na saúde:

Psicológicos

A espiritualidade diminui a ansiedade, a depressão e o estresse. É uma importante aliada da saúde mental e, conseqüentemente, da saúde física.

Sociais

O suporte social da religião, especialmente para quem frequenta alguma congregação, também traz benefícios.

Comportamentais

Pessoas espiritualizadas tendem a fazer mais exercícios, ter uma dieta mais saudável, fumar menos e aderir com mais disciplina os tratamentos médicos.

Biológicos

A espiritualidade também reduz os índices de cortisol e adrenalina, gerando melhor resposta do organismo ao estresse.

Os bons sentimentos elevam a frequência de emoções positivas, com reflexos na qualidade de vida e também no tratamento de doenças. Espiritualidade representa o meio pelo qual nós encontramos um sentido para a nossa existência e para a de tudo o que existe, além de esperança traz conforto e paz interior em nossas vidas.

A espiritualidade pode ser definida como uma propensão humana a buscar significado para a vida por meio de conceitos que transcendem o tangível, á procura de um sentido de conexão com algo maior que si próprio.

A espiritualidade pode ou não estar ligada a uma vivência religiosa. Segundo diversas confissões religiosas, a espiritualidade traduz o modo de viver característico de um crente que busca alcançar a plenitude da sua relação com o transcendental. Cada doutrina religiosa comporta uma dimensão específica a esta descrição geral, mas, no aspecto religioso, pode-se traduzir a espiritualidade como uma dimensão do homem, como ser naturalmente religioso, e que constitui, de modo temático ou implícito, a sua mais profunda essência e aspiração.

Alguns autores, porém, defendem a existência de uma espiritualidade inclusive em meio ao ateísmo. Andre Comte-Sponville fala de uma espiritualidade sem Deus no sentido de uma abertura para o ilimitado, um reconhecimento de sermos seres relativos, mas aberto para o absoluto. Seria o reconhecimento da dimensão misteriosa e ilimitada da existência, que não precisaria passar por alguma explicação religiosa, uma experiência que vai além do intelecto.

Atualmente, a espiritualidade tem sido bastante estudada no que se refere á suas relações com a saúde humana. A organização Mundial de Saúde (OMS) vem aprofundando as investigações sobre a espiritualidade enquanto constituinte do conceito multidimensional de saúde, atualmente, o bem-estar espiritual vem sendo considerado mais uma dimensão do estado de saúde, junto ás dimensões corporais, psíquicas e sociais.

A espiritualidade é nada menos que o amor bem pensado á vida, É amar a vida pelo que ela nos oferece, e refletir sobre ela, sobre seu significado e os sentimentos profundos provocados por essas reflexões. O autor interpreta a espiritualidade como algo próximo á natureza (o que chama de espiritualidade naturalizado), e seu lugar é aqui mesmo, em nossas vidas e em nosso mundo (SOLOMON. P. 34. 2003),.

A espiritualidade abarca o amor, a confiança, a reverência e a sabedoria, mas também os aspectos terríveis da vida, como a tragédia e a morte. É um fenômeno humano e, sendo assim, caminha de mãos dadas com a inteligência. Não é fundamentalmente uma questão de crenças, mas uma maneira de experimentar o mundo, de viver, de interagir com outras pessoas e com o mundo. A espiritualidade não é meramente paz de espírito, tranquilidade, satisfação. É uma paixão pela vida e pelo mundo. É um movimento, não um estado.

Ser espiritual significa ser reverente com o mundo, para com a natureza, para com as outras pessoas, para com as leis e outras instituições sociais. Ele cita Nietzsche, em Assim fala Zaratustra- a virtude dadivosa, ao defender a espiritualidade como um transbordamento de self, o abarcar o mundo, de forma generosa e com compaixão (SOLOMON. P. 38. 2003),.

As doutrinas ligadas ao sagrado abordam espiritualmente como algo inato ao ser humano, ou seja, é a aceitação de Deus, ou a Inteligência Superior, ou a Força Maior que reside dentro de nós. Ao nascermos, vivemos para a Terra com a centelha divina, que é o dom da criação de presente para nós. Por isso devíamos nos sentir especiais e acalentados por este amor que nos circunda. Mas, então, porque é tão difícil ser sereno e feliz? Por que nos sentimos angustiados, preocupados e infelizes mesmo nos momentos em que nossas vidas caminham.

De acordo com várias linhas espirituais isso ocorre por que a presença do divino não está acionada em nós. Há algum tempo, a humanidade deixou de se voltar para dentro e passou, com os avanços do mundo globalizado, e do consumo, a buscar sua paz no que está fora, em produtos, viagens e bens materiais. Esse buscar a felicidade fora de si e não dentro é uma das maiores causas da angústia do homem moderno. O acesso ao nosso divino interno só é

feito por meio do autoconhecimento. E isso é conseguido por meio do olhar para dentro, se confrontar e silenciar.

A espiritualidade se refere a todas as formas de religiosidade, independentemente de confissões e igrejas, e é tida hoje como conceito superior que abrange uma pluralidade de fenômenos religiosos. No extremo oposto de uma espiritualidade ou então religiosidade modificada e aberta para o mundo, observa-se o enrijecimento das aspirações fundamentalistas, como expressão de uma resistência a mudanças e inovações motivadas pelo medo.

A espiritualidade abarca as religiões e independente das tradições, remetendo, desse modo, às dimensões profundas da experiência que não são mais perceptíveis em muitas formas de religiões. Até agora ela se manifestou nas multiformes religiões do mundo, pois fora das religiões durante milênios não houve separação entre religião e espiritualidade.

Agora, porém, presenciamos como essa força religiosa está se desvinculando das religiões tradicionais. Encontramos cada vez mais pessoas que são religiosas, sem confessar o credo de nenhuma religião, identificamos um vestígio da evolução progressiva da consciência.

A espiritualidade como fenômeno universal que comprovadamente deixou suas marcas no mundo todo nos últimos 30.000 anos de história é uma constante antropológica em múltiplas formas de manifestação. Hoje em dia, é muito natural que a práxis espiritual faça parte da vida cotidiana de muitas pessoas.

Exercícios meditativos são vias trilhadas por toda a vida e que conduzem o ser humano para dentro de si, para outros espaços da consciência e para um maior conhecimento de si. Trata-se de chegar à `` realidade por traz da realidade`, de fazer experiências num espaço transpessoal da consciência, experiências que não se consegue captar nem com os conceitos de nossa linguagem cotidiana nem com os conceitos de ratio.

O interesse disseminado pela espiritualidade e o anseio por experiências próprias pode ser reconhecido também no número crescente de grupos de meditação e ofertas de meditação.

A espiritualidade é a conexão do homem com o divino. Espiritualidade vem de uma palavra do Latim: spiritus, que também quer dizer ``sopro``. Portanto, o espírito é o sopro divino que existe em cada um de nós, é a essência da nossa alma.

Cada pessoa é uma alma e o espírito é essa energia que nos torna existentes, parte da criação. Espiritualidade não quer dizer exatamente seguir uma religião ou outra. Significa que você deseja que sua vida se transforme para conseguir viver essa tal espiritualidade.

É você fazer uma busca profunda para descobrir que é feito do Divino. A espiritualidade é esse reencontro com a sua essência, com o seu espírito.

Mas por que queremos ser espiritualizados? Porque cansamos da confusão do ego que só quer brigar, só quer nos comparar com os outros. Cansamos de esperar que o mundo fosse perfeito e resolvemos encontrar a Luz dentro de nós. Porque da espiritualidade vem uma confiança sincera, não de sermos perfeitos, mas de termos dedicação para crescermos a cada dia.

E é por meio dessa espiritualidade que descobrimos como somos feitos de Luz e conseguimos transformar a nossa vida e o mundo.

3. CONCLUSÃO

Prefiro dizer que a espiritualidade é o sopro do divino dentro de nós. E em gênesis 2.7 temos justamente que Deus inspirou no homem o sopro para a vida e, assim ele tornou um ser vivente. Desde então, quanto mais espiritualizado é o ser humano, mais ele deixa esse movimento tocar-lhe, transitar por seu corpo/mente e flui através de boas palavras e, o mais importante, de boas ações.

Não há elevação espiritual sem que as reflexões e as descobertas deixem de se transformar em atitudes, em realidade. Engana-se quem acredita que espiritualidade seja simples sinônimo de paz. A serenidade espiritual vem muitas vezes de intensa inquietude, de questionamentos avassaladores. Ela é, por natureza, um diálogo constante. É a reflexão sobre si, sobre a vida, sobre as relações com os outros. É a busca paciente pelo autoconhecimento emancipador.

Ao encontro com um eu genuíno, capaz de cuidar e ser cuidado. Espiritualidade é a gratidão constante, o amor livre, o perdão sincero. É reconhecer o humano, em si e nos outros, e o divino, em tudo. É a sabedoria não como resultado, mas como fortaleza em ir a extremos e retornar mais inteiro.

O caminho da verdadeira espiritualidade é um processo de libertação interior, no qual tudo está debaixo do poder da nossa liberdade e nada mais poderá nos impedir de sermos livres no nosso

agir. Na espiritualidade, então, percebemos que é necessário superar as ideologias que não realizam nada em nós.

Por exemplo, a espiritualidade dos perfumes, das cores, do incenso queimado ou das novenas feitas somente pelo intuito de receber a graça e nada mais. São espiritualidades vazias e sem fundamento, é preciso que o espírito encontre em nós uma resposta e se faça carne.

Deus nos dá um espaço de tempo para vivermos a nossa espiritualidade, e somente nesse espaço de vida que somos chamados a realizar o seu projeto de amor. Não há nada de reencarnação e de caminhos de volta para nos purificar e chegar assim á iluminação.

É aqui e agora que a nossa vida deve se realizar, não há outras vidas nem outras experiências, a não ser a vida eterna que se conquista no dia a dia duro e difícil do nosso carregar a cruz, e na luta sem trégua contra o mal que está dentro e fora de nós.

REFERÊNCIAS

COMTE SPONVILLE, A. **O espírito do ateísmo**: introdução a uma espiritualidade sem Deus. São Paulo. 2007.

PERES, J F P, SIMÃO, M J P, NASELLO, A G. **Espiritualidade, religiosidade e psicoterapia**. Rev. Psiquiatr.clin.São Paulo, V.3, Supl.1, p.136-145, 2007.

FARIA, J, B, de, SEIDL, E M F. **Religiosidade e enfrentamento em contextos de saúde e doença**. Porto Alegre, v.18, n.3.2005.

ANDERSON, N,T.V. **sobre a escuridão**. Ed. Unilit. Mogi das Cruzes. São Paulo. 1996.

BÍBLIA SAGRADA.Traduzida em Português por João Ferreira de Almeida. Revista e Corrigida. 4 ed.2009. Barueri. SP. Sociedade Bíblica do Brasil, 2011.1664p.

LOWEN. A. **A espiritualidade do corpo**. São Paulo. 2017.

Jung. C.G. **Espiritualidade e transcendência**. Petrópolis RJ. 2015.

FRANCISCO.E. **Espiritualidade e saúde**. São Paulo. 2012.

