

A contribuição da espiritualidade natural para a saúde em tempos de crise

The contribution of natural spirituality to health in times of crisis

Marcos Vinicius da Costa Meireles*

Maria Glória Dittrich**

Resumo

Este estudo de natureza teórico-bibliográfico tem por objetivo refletir sobre o conceito de espiritualidade natural e sua possível contribuição para saúde, em especial no contexto pandêmico da COVID 19. O aporte teórico referencia Frankl, Tillich, Zubiri, Kovács e Dittrich. Os resultados apontam que dentro de um conceito multidimensional de saúde, a dimensão espiritual exerce grande importância e contribuições para pensar o bem-estar físico, emocional e social do ser humano. Além do fato de que a espiritualidade natural está relacionada à uma visão de ser humano, complexa, na sua dimensão de profundidade espiritual que é o centro da estruturação e organização da dinâmica de sua maneira de ser no mundo e que aponta para um fenômeno intrínseco à sua existência – a espiritualidade como a conduta da vontade de busca por sentido de vida e que implica em deixar nascer o humano no ser do humano – o humanescer.

Palavras-chave: Espiritualidade natural. Saúde. Dimensão espiritual. Transitoriedade da vida.

Abstract

This theoretical-bibliographic study aims to reflect on the concept of natural spirituality and its possible contribution to health, especially in the pandemic context of COVID 19. The theoretical contribution used focuses on the Viennese neuropsychiatrist Viktor Frankl, in addition to other authors, such as Tillich, Zubiri, Kovacs and Dittrich. The results show that within a multidimensional concept of health, the spiritual dimension exerts great importance and contributions to thinking about the physical, emotional and social well-being of human beings. In addition to the fact that natural spirituality is related to a complex vision of the human being, in its dimension of spiritual depth that is the center of the structuring and organization of the dynamics of its way of being in the world and that points to a phenomenon intrinsic to its existence – spirituality as the conduct of the will to search for meaning in life and which implies letting the human be born in the human being – the humanescer.

Keywords: Natural Spirituality. Health. Spiritual dimension. Transience of life.

Artigo submetido em 30 de agosto de 2021 e aprovado em 1 de agosto de 2022.

* Doutor em Ciência da Religião pela UFJF. Professor do IFG – Campus Goiânia. País de origem: Brasil. E-mail: marcos.meireles@ifg.edu.br

** Doutora em Teologia pelas Faculdades EST. Professora da UNIVALE. País de origem: Brasil. E-mail: mariagloriadit@gmail.com

Introdução

As questões relacionadas à finitude ou à morte são temas recorrentes ao longo da história do pensamento, tanto na filosofia como em psicologia e psicoterapia. De maneira particular, esse interesse se acentua com os saberes ligados à filosofia da existência. Ressalta-se que nossa consciência opera por meio do estabelecimento de contrastes. Se a temperatura fosse sempre a mesma, nós não teríamos condições de dizer que está frio ou calor. Assim, a finitude funciona como contraste para poder perceber plenamente a vida. O “eu” requer um “não eu” para se reconhecer.

Ao olhar para a história das civilizações, não encontramos nenhuma que não reserve um lugar central para as crenças místicas e sobre o destino *post mortem*. Robles, comentando os escritos dos antigos vedas, os Upanishads, põe em relevo o seguinte diálogo: “Arjuna pergunta a Krishna – O que é mais surpreendente no mundo? Ao que Krishna responde: o mais surpreendente no mundo é que as pessoas possam ver seres humanos morrendo por todos os lados e crer que isso não lhes vai acontecer.” (ROBLES, 2014, p. 17).

Não é de hoje que estamos rodeados de momentos de crise em que a transitoriedade da vida se mostra como um fato. Basta acessarmos os meios de comunicação para ter acesso a inúmeras situações em que se aglutinam números expressivos de experiência de morte ou quase morte. Enquanto isso, confortavelmente dispostos de frente para o televisor, as assistimos com tranquilidade, desde seriados a noticiários, pois nossas observações se realizam quase sempre de modo dissociada: as mortes ocorrem aos outros, não a nós mesmos ou a aqueles a quem amamos.

Em março de 2020 se instala um grande momento de crise, a Organização Mundial da Saúde (OMS) anuncia a emergência de saúde pública de importância internacional devido ao novo Coronavírus. Essa iminente ameaça invisível originada em novembro de 2019, na China, aproximou-se de nós de modo avassalador. Os mais de 500 mil mortos pela COVID-19¹ (FIOCRUZ, 2021) em nosso país põem em relevo uma característica da natureza humana: a finitude. Se

¹ SARS-CoV-2 (Severe Acute Respiratory Syndrome Coronavirus 2).

antes era possível passar pela vida sem prestar muita atenção na possibilidade da própria morte, agora, principalmente com a pandemia, ela se apresenta como uma realidade incômoda. A consciência da morte gera angústia, perturbações, dores e medos. Tal reação pode ser advinda tanto pelo desconhecido e incerto que ela representa, quanto pela ideia de mortalidade. Fato é que a morte representa a consciência de um inevitável desejo e luta por continuar sendo.

Além dos impactos na saúde física, as incertezas na pandemia revelam implicações diretas no cotidiano e na saúde psíquica da população. Para Ornell *et al.* o medo em uma pandemia aumenta os níveis de ansiedade e estresse em indivíduos saudáveis, intensificando os sintomas daqueles com transtornos psiquiátricos pré-existent (ORNELL; SCHUCH; SORDI; KESSLER, 2020). Além disso, os pacientes infectados ou com a suspeita de COVID-19 podem sofrer intensas reações emocionais e comportamentais, com a possibilidade de evoluir para transtornos, sejam depressivos, de ansiedade, psicóticos ou paranoides e mesmo levar o paciente ao suicídio (ORNELL; SCHUCH; SORDI; KESSLER, 2020).

Nesse momento de crise advindo com a pandemia, uma questão existencial de máxima relevância para a saúde se impõe: não basta garantir e lutar pela sobrevivência, mas também descobrir o porquê se quer viver, mesmo diante das adversidades. Nesse sentido, um cuidado integral não deve se restringir à prevenção e tratamentos no âmbito fisiopatológico, mas também uma atenção especial à dimensão espiritual do ser humano. Embora os efeitos da pandemia ainda não sejam totalmente compreendidos, entende-se que a concatenação de diversos saberes e estratégias podem oferecer respostas mais confortantes em um cenário de incertezas. Nesse viés, a espiritualidade pode ser empregada como estratégia concreta a fim de promover um cuidado mais humanizado.

Tendo como objetivo refletir sobre o conceito de espiritualidade natural e sua possível contribuição para saúde, em especial no contexto pandêmico da COVID-19, este estudo teórico-bibliográfico buscou investigar como a compressão do ser humano desde sua dimensão espiritual pode contribuir para pensar a saúde e preparar a pessoa para o enfrentamento dos momentos de crise, em especial no contexto pandêmico em que vivemos. Para isso, utilizou-se como

aporte teórico o neuropsiquiatra vienense Viktor Frankl, além de autores como Tillich, Zubiri, Kovacs e Dittrich. Para atingir o intento, primeiramente este artigo busca refletir sobre o conceito de espiritualidade natural, num segundo momento, analisa-se o conceito de sentido da vida e saúde, por fim, aponta-se as contribuições do conceito de espiritualidade enquanto humanescer como alternativa para bem-estar psíquico, especialmente durante os momentos de crise.

1 A espiritualidade natural do ser humano

Como lembra Boff (2003), o ser humano não é apenas possuidor de uma exterioridade – dimensão corpórea – nem apenas de uma interioridade – dimensão psíquica. O ser humano é dotado também de uma profundidade, que é a sua dimensão espiritual. Frankl, ao buscar uma desconstrução de uma perspectiva naturalista, própria do cientificismo da época, propõe uma leitura do ser humano para além da unidade psicofísica. Seu intento está em desvelar e garantir uma compreensão desde a profundidade da pessoa, considerando-a como um ser bio-psico-espiritual. Ao modo como ele compreende, a dimensão profunda-espiritual, corresponde à dimensão existencial, a partir da qual a pessoa tem a capacidade de transcender a si mesmo e de se posicionar, sendo capaz de escolher, dando respostas às situações que a vida lhe apresenta e, com isso, indo além dos condicionantes biológicos, psicológicos e sociais.

Nesse sentido, percebe-se que o conceito de espiritualidade remete a uma concepção antropológica de que há uma dimensão no humano que o possibilita ir além das contingências, fragilidades e limitações da vida. Contudo, ao buscar por uma definição desse termo, percebe-se que ele não é unívoco. Ao buscar uma conceituação que contribua para o nosso propósito, Esperandio a compreende como:

[...] parte humana imaterial, à potência de vida que se desenvolve e se expressa ao longo da existência humana. Essa energia vital, que se expressa e se movimenta no tempo e no espaço, tem como característica intrínseca a dinamicidade e o fluxo permanente. O território existencial, lugar que abriga a energia vital e lhe dá condições de desenvolvimento, será sempre único, singular e em mutação constante. A configuração de tais territórios subjetivos não ocorre fora das escolhas de sentido e propósito e das conexões que tais escolhas implicam. Por essa razão, espiritualidade é entendida como a dimensão na qual estão ancoradas

as interrogações de sentido e propósito. A busca por respostas à necessidade de sentido é que faz com que o ser humano se movimente em busca de objetos, situações e experiências com finalidade de atender à sua vontade de sentido, como pontua Frankl (1988). (ESPERANDIO, 2020, p. 9).

Nesse sentido, o conceito de espiritualidade está fortemente associado à questão do sentido que se precisa dar à vida. No contexto dessa reflexão, espiritualidade, mais que um arcabouço teórico, refere-se a uma postura diante das circunstâncias cotidianas. Como lembra Ribeiro (2020), a espiritualidade não é utópica, inacessível, mas se expressa em aspectos concretos e práticos da vida social e política, seja na defesa da vida, na promoção da justiça social e econômica, na dignidade dos pobres, no domínio da lógica do egoísmo no cotidiano e na vida pessoal. Isso porque a espiritualidade, desde a sua profundidade, remete, como um ímpeto, à autotranscendência da pessoa. A vida a partir da espiritualidade é existência: uma insistência em ser para além de si, gerando espaço de consciência social, coexistencialidade e alteridade, humanização e integração cósmica.

Ao se tratar do conceito de espiritualidade, é comum a imediata associação ao conceito de religião. Embora a distinção entre esses termos seja complexa e possua várias implicações, a Teologia e Ciência da Religião têm buscado uma saudável distinção entre esses termos. Embora a religião tenha uma relevância enquanto campo possível de vivência da espiritualidade, justamente por suscitar experiências e indagações sobre a existência, possibilitando a abertura para nossas possibilidades (AMATTUZZI, 1999). Pode também indicar a busca do ser humano pela transcendência que se faz através de uma determinada religião ou concepção religiosa, na experiência de encontro com o mistério. Por esse motivo, a espiritualidade pode, muitas vezes, envolver um sistema de crenças, por vezes ligadas às religiões tradicionais (KOVÁCS, 2007).

Contudo, as definições preliminares têm o objetivo de deixar patente que ao tratarmos do conceito de espiritualidade não estamos adentrando no terreno da religião, mas no campo antropológico da dimensão humana, que para Frankl é a dimensão distintiva do humano. A dimensão espiritual (ou noética) é latente na dinâmica dos processos existenciais marcados na consciência humana. Em função dos limites desta pesquisa, destacamos apenas a distinção entre as práticas religiosas mais institucionalizadas e a dimensão transcendente mais

ampla e de caráter antropológico, que se expressa no humano e que vai além dos aspectos formais da religião. Em ambas a espiritualidade está presente. Nesses termos, a dimensão da espiritualidade se apresenta como sendo anterior a uma espiritualidade associada a uma religião ou religiosidades específicas.

Fala-se, então, de uma espiritualidade natural, como Dittrich (2010a) a conceitua. Para ela, a concepção de espiritualidade natural está além da visão de uma espiritualidade religiosa, dentro de conceitos e dogmas fechados em doutrinas institucionalizadas. Levando em consideração que a espiritualidade é da natureza humana, está ligada ao cerne da energia vital criativa do ser, ela encerra algo de sagrado, ligada ao amor, à criatividade, à transcendência no desejo de saciar sentido de vida. É nesse sentido que a espiritualidade natural é concebida como um processo de desenvolvimento no qual o ser humano se realiza na busca por essa transcendência e superação de seus próprios limites. Com efeito, o ser humano tem uma

forma, uma maneira de se revelar na sua vontade de sentido de vida, esta maneira de busca de sentido, de significado sobre o viver é espiritualidade. É um movimento natural da qualidade de ser, profunda, que se manifesta diante das vivências no mundo, e isso é espiritualidade natural. (DITTRICH; PAHL; MELLER, 2021, p. 288).

A explicitação do conceito de espiritualidade enquanto natural está em sintonia com o pensamento frankliano, por considerá-la, a partir da análise existencial, no bojo da constituição do ser humano, sendo expressão legítima da maneira de ser e de viver do ser humano no mundo, possuindo relação intrínseca com suas verdades, valores e da vontade de encontrar um sentido para a existência. Para Frankl, “qualquer visão que negue a existência da dimensão espiritual e sua importância para a vida, está contemplando o ser de forma fragmentada.” (FRANKL, 2003, p. 21). Assim, a existência do ser humano é estruturada, segundo Frankl, na dimensão ontopsicoantropológica da sua pessoa profunda espiritual – dimensão espiritual central do ser. Em virtude disso, a dimensão espiritual é considerada mais compreensiva, já que inclui as demais dimensões, sem negá-las ou suprimi-las, garantindo, dessa forma, a totalidade do ser humano (FRANKL, 1989).

Ao garantir a legitimidade da espiritualidade natural enquanto constitutiva do ser humano pode-se abrir à sua manifestação enquanto expressão do poder da vida manifesto no espírito do ser humano. Pois como defende Tillich, “o espírito não pode ser identificado com o substrato inorgânico que é animado por ele; antes, o espírito é o próprio poder de animação e não uma parte agregada ao sistema inorgânico.” (TILLICH, 2005, p. 485). Desde as línguas semíticas e as indo-europeias, a raiz das palavras que designam espírito significa “respiração”. Ou seja, no ser humano o poder da vida se mantém pela sua respiração, a qual é uma função biofísica e psíquica conectada na e pela dimensão espiritual, que é centro da integração e da criatividade para o desejo e a necessidade de liberdade, de responsabilidade, de amor ou de sofrimento, nas escolhas vividas cotidianamente (FRANKL, 1989).

Implica, portanto, que a dimensão espiritual está ligada a um *Ethos*. O que a consciência intui e para o que ela o impele é a realização de um dever, não a partir de uma lei geral, mas de uma exigência de caráter individual, diante de uma situação concreta. A responsabilidade não se caracteriza como um caráter moralista, pelo qual o ser humano se obriga a agir de acordo com as normas impostas, mas caracteriza-se especialmente pela sua capacidade de responder, seja nas relações diante do outro, da natureza, do transcendente e de si mesmo. Ou seja, a gênese da criatividade do Espírito Criador da vida atuando no ser humano em forma de liberdade para poder ser e se posicionar diante das circunstâncias presentes.

Frankl (1989) considera o ser humano como um ser livre, capaz de se autodeterminar em qualquer situação. Essa liberdade pressupõe uma "liberdade para" no intuito de efetivar seu posicionamento no mundo, manifestando, então, a “irrepetibilidade” o “caráter de algo único” constituinte de cada homem de “entregar-se a uma obra a que se dedica, a um homem a quem ama, ou a Deus a quem serve.” (FRANKL, 1989, p. 45). Por isso, falar de existência humana, na dimensão espiritual na visão frankliana é falar de uma espiritualidade natural, como pensou Dittrich, que se expressa na tomada de postura do ser humano consciente de sua responsabilidade e de sua necessidade de liberdade e sentido e isso tem uma conexão com a graça da vida como *Ruah*. Ou seja, como a força do

Sopro Sagrado, criante, que anima e se faz presença no corpo criante do ser humano, multidimensionalmente, na *dynamis* estruturação e organização de seus processos vitais cognitivos, diante da sua interação com o meio circundante (DITTRICH 2010a; 2016). Ampliando o olhar fenomenologicamente, sentir a vida é vivenciar o movimento da ação de uma energia vital-espiritual, sensível-inteligível, que se faz criatividade permanente para a autointegração e autotranscendência do ser humano, como pessoa de dignidade para despertar para a sua espiritualidade natural, na sua maneira de ser e de habitar o mundo.

Nesse processo espiritual, a pessoa fica tão absorvida ao executar seus atos espirituais e que revelam uma maneira de ser, que ela não é passível de reflexão na sua verdadeira essência. Ser responsável e ser consciente se dão simultaneamente nesta realidade de execução de sua tarefa (FRANKL, 2017).

Confirmando a ideia acima, a liberdade mencionada por Frank possui uma relação direta com a consciência e a autonomia do ser humano, e com a possibilidade do mesmo de buscar os caminhos da vida e fazer suas escolhas. Essa liberdade é acompanhada pela responsabilidade de escolher como agir e responder a uma determinada situação. Em razão disso, a liberdade como responsabilidade a partir da espiritualidade natural do ser humano abre às inúmeras possibilidades de construção de seu próprio mundo de escolhas de ser, fazer e conviver com significados. Para Kovács, “essa liberdade pode ter Deus como guia, a partir de um processo de co-construção com o ser humano, não como determinação, mas como escolha, possibilitando um processo de aprendizagem a cada escolha feita.” (KOVÁCS, 2007, p. 249). Com efeito, na espiritualidade natural ocorre naturalmente um processo de desvelamento de sentimentos e ideias que se poderia chamar de revelação do ser. Diz Zubiri:

A revelação não consiste em um ditado de verdades ao ouvido de um espírito, mas consiste simplesmente nessa espécie de experiência manifestativa interna na qual Deus faz que a pessoa na sua entrega à divindade tenha acerca desta divindade umas idéias e uma luz superior a qual lhe autoriza o movimento de sua própria inteligência. (ZUBIRI, 1993, p. 82).

A ideia de Zubiri aponta para uma compreensão de espiritualidade natural do ser humano, a qual é vivida na sua dinâmica como uma permanente revelação, não como um “mistério” quase indecifrável, mas como algo permanente que o

desafia e o evoca a desvelá-lo a partir de sua existência concreta, dentro de uma cultura. Vale dizer que Zubiri (1993) não compreende a ideia de Deus como um definidor, ditador das vontades, ideias e desejos humanos. Mas, como um Deus real, absolutamente amoroso presente no ser humano, e que se revela à consciência humana como um dar-de-si gratuito. Logo, as escolhas que o ser humano faz na maneira de ser no seu cotidiano revelam em uma forma que tem um conteúdo a ser dito, a ser descoberto pelo humano. Este anuncia e denuncia significados diversos referentes à vida do ser humano e sua relação com Deus.

2 Sentido da vida e saúde

Segundo Lancetti e Amarante (2006), pode-se identificar a saúde mental como uma "mente saudável". A mente saudável estaria relacionada a um movimento contínuo do ser humano em busca de um bem-estar, não com a ausência de doença ou sofrimento. Nesse sentido, relaciona-se aos modos de vida que o sustentem diante das adversidades do cotidiano, contribuindo com um processo de mudança e produção da sua subjetividade. Essa perspectiva abre espaço para pensar o papel da espiritualidade na saúde.

Em 1988, a Organização Mundial de Saúde - OMS, incluiu a dimensão espiritual no conceito multidimensional de saúde, relacionando-a a questões como o significado e o sentido da vida, sendo que esses não se limitam a qualquer tipo específico de crença ou prática religiosa. Como conceituado anteriormente, a espiritualidade corresponde ao conjunto de todas as intuições, sensações e emoções e convicções de natureza não material, com a suposição de que há mais no viver do que pode ser percebido ou plenamente compreendido, enfocando, desta forma, a dimensão existencial do ser humano.

Como comenta Koenig *et. al.*, a relação entre religião, espiritualidade e saúde, abriu espaço para o nascimento de um novo campo de conhecimento (KOENIG; KING; CARSON, 2012). As pesquisas envolvem áreas como a Medicina, Enfermagem, Psicologia, Ciência da Religião e Teologia, além de outras que compreendem a saúde enquanto um fenômeno complexo, que possui as marcas de seu tempo, capazes de refletir a conjuntura econômica, social e cultural de um lugar, em uma dada época. Nesse sentido, faz-se importante reconhecer a

sua historicidade, superando um modelo de atenção biologicista, medicalizante e prescritivo, desenvolvendo práticas de saúde voltadas para o bem-estar físico, mental, social, relacionado à percepção de qualidade de felicidade, que implica na busca de sentido de ser no mundo.

Em nossa sociedade se avolumam as mais diversas crises existenciais, e com elas crescem a precariedade da saúde mental e emocional das pessoas, elevando o número de suicídios, drogadição e gestos de violência física, verbal ou simbólica. Por vezes em nosso cotidiano são comuns atitudes escapistas, individualistas e de não enfrentamento da limitação humana que podem ser sinais de que parte considerável das pessoas não estejam conseguindo estabelecer uma relação com a própria interioridade espiritual de forma madura e responsável.

Para Frankl, a vivência da sua profundidade natural, a espiritual, está relacionada com a busca do indivíduo por um sentido em sua vida, sendo essa motivação primária de todo ser humano (FRANKL, 2019a). A existência humana, como Frankl a compreende, possui um caráter de missão, sendo que é a própria vida que indaga o ser humano, por meio de situações cotidianas a respeito do sentido que se precisa dar à vida.

O problema do sentido da vida quer se apresente quer não expressamente, cumpre defini-lo como um problema caracteristicamente humano. Por conseguinte, o pôr-se em questão o sentido da vida não pode nunca, de *per si*, expressão do que porventura o homem tenha de doentio; é antes e sem mais, para falar com propriedade, expressão do ser humano – expressão precisamente do que de mais humano há no homem. (FRANKL, 1989, p. 56).

O sentido é exclusivo e específico de cada situação, e, ao ser cumprido pela pessoa, assume uma importância capaz de atender sua própria vontade de sentido e isso traz conforto biopsicoespiritual. Quanto ao sentido da vida, esse “difere de pessoa para pessoa, de um dia para o outro, de uma hora para a outra.” (FRANKL, 2019a, p. 133). Nessa perspectiva, o sentido é exclusivo e específico, ou seja, poderá ser cumprido apenas por aquela pessoa específica, de acordo com Frankl. “Somente então esse sentido assume uma importância que satisfará sua própria vontade de sentido.” (FRANKL, 2019a, p.124-125).

Uma vez que cada situação na vida constitui um desafio para a pessoa e lhe apresenta um problema para resolver, podemos, a rigor, inverter a questão pelo sentido da vida. Em última análise, a pessoa não deveria perguntar qual o sentido da sua vida, mas antes deve reconhecer que é ela que está sendo indagada. Em suma, cada pessoa é questionada pela vida; e ela somente pode responder à vida respondendo por sua própria vida; à vida ela só pode responder sendo responsável (FRANKL, 2019a).

Sempre há sentido nas situações, não importando quais sejam as circunstâncias ou situação na qual o ser se encontra. Para Frankl, embora o sentido da vida sempre se modifique com as situações, ele jamais deixa de existir. A partir disso, a análise existencial frankliana propõe três formas básicas para encontrar sentido. A primeira delas se dá pelo trabalho e/ou ações a que nos dedicamos diariamente; uma segunda se constrói pela experiência junto à natureza, à cultura, e/ou junto a outra pessoa, amando-a; a terceira tem a ver com a forma como respondemos a uma situação de sofrimento ou uma fatalidade, situação que não pode ser mudada. Nesta terceira forma, Frankl ressalta que

[...] o que importa, então, é dar testemunho do potencial especificamente humano no que ele tem de mais elevado e que consiste em transformar uma tragédia pessoal em um triunfo, em transformar nosso sofrimento em uma conquista humana. (2019a, p. 136-137).

Pensar essas formas de encontrar o sentido da vida é um convite à reflexão sobre como temos respondido aos desafios que a vida tem nos colocado, não raras vezes nos pegamos desesperançados, e algumas outras até mesmo desesperados. São nesses momentos que os processos terapêuticos nos lembram da responsabilidade perante um sentido, ou seja, “a consciência do ser-responsável.” (FRANKL, 2019b, p. 81). E, então, desafiados pelas circunstâncias, lembrar do dito por Frankl: “Quando já não somos capazes de mudar uma situação” - o autor nos convida a pensar em uma doença incurável, aqui nos propomos a pensar o contexto pandêmico – “somos desafiados a mudar a nós próprios.” (FRANKL, 2019a, p. 137). Mudar a “nós próprios”, implica em rever nossas concepções e valores diante da vida, implica, ainda, rever nossas atitudes e modos de ser e estar no mundo e nas relações com aqueles que nos rodeiam e com a humanidade como um todo.

O contexto pandêmico que vivemos, a forma como o vírus da COVID-19 se espalhou rapidamente pelo mundo, consiste em uma possibilidade de reflexão sobre a nossa responsabilidade não só em relação à nossa vida, mas também com a vida no e do planeta Terra. Olhar para o sofrimento que assola não apenas a pessoas de forma isolada, mas a toda a população, nos impõe uma mudança de atitude, mudança essa que poderá nos propiciar encontrar sentido até mesmo no sofrimento.

3 Humanecer em tempo de crise

Dittrich (2010a), ao tratar do conceito de espiritualidade natural enquanto processo de desenvolvimento e realização do ser humano, compreendendo esse a partir da busca pela transcendência e superação dos próprios limites, ou seja, um movimento natural de vivência e significação do mundo, abre espaço para, a partir da dimensão espiritual, compreender o fenômeno do humanecer como expressão legítima da existência. O humanecer corresponde a uma vida a partir da profundidade, para além da dualidade interioridade-exterioridade. Trata-se do deixar nascer o humano no ser do humano.

Para Frankl, a vivência da dimensão espiritual implica tacitamente em uma relação da existência com o *Ethos*. Contudo, não se trata de uma responsabilidade ditada por uma lei geral, o que tiraria a liberdade do ser humano, mas uma decisão pessoal frente às situações. Essa dimensão profunda se manifesta na consciência do ser humano através do despertar de um desejo profundo de descobrir a razão de ser no mundo existencialmente fundado. A busca incessante que o ser humano tem para saber os porquês e os para quês de sua vida, implica, intrinsecamente, numa vontade de sentido de vida que surge de suas profundezas como motivação.

O que o ser humano realmente precisa não é um estado livre de tensões, mas antes a busca e a luta por um objetivo que valha a pena, uma tarefa escolhida livremente. O que ele necessita não é a descarga de tensão a qualquer custo, mas antes o desafio de um sentido em potencial à espera de seu cumprimento. Ouso dizer que nada no mundo contribui tão efetivamente para a sobrevivência, mesmo nas piores condições, como saber que a vida da gente tem um sentido. (FRANKL, 1989, p. 45).

Se opondo às psicoterapias de sua época, Frankl compreende a vontade de sentido como motivação primária do ser humano. As situações da vida questionam sobre o significado e a pessoa deve responder, elegendo dentre as possibilidades a postura a ser assumida. As situações possuem um caráter de conclamação. É como um desafio para a realização de um sentido em potencial. Nos momentos de crise essa conclamação se mostra de modo mais evidente. Principalmente naqueles em que a única atitude possível consiste em mudar a si mesmo.

No cenário pandêmico que vivemos, diante dos números expressivos de contágio e morte, a vivência do luto, o isolamento social, a impossibilidade do trabalho, dentre outras situações colocam o ser humano diante da tarefa desafiadora de buscar pelo sentido em um árido contexto. Como afirmado por Frankl (1989), mesmo nas piores condições a busca pelo sentido contribui efetivamente para a sobrevivência.

Esse sentido da vida se dá, também, pela percepção da finitude, a certeza que o ser humano possui sobre sua morte. Embora por vezes se compreenda que a transitoriedade da vida possa estar associada à falta de sentido. Kovács (2007), aponta para o fato de que é justamente o fato de ter certeza que o ser humano é finito, que permite que ele perceba o sentido de sua existência.

Em todos os momentos de sua existência, especialmente os de crise, o ser humano é convocado a renovar sua esperança e fazer o melhor possível de cada momento de sua vida. Especialmente quando as situações cotidianas trazem à baila a consciência da transitoriedade da vida, que ao invés de levar à angústia e sofrimento pelo fim, nos conclama a fazer o melhor que pudermos. Frankl chama a atenção sobre a díade existente entre vida e morte e sua interligação, já que “cada um dos instantes de que a vida é feita está morrendo, e aquele instante nunca mais voltará.” (FRANKL, 2019a, p. 172). Para ele, a consciência da transitoriedade pode se tornar uma força motriz para a vivência responsável conforme o imperativo logoterapêutico: “viva como se você estivesse vivendo pela segunda vez e como se tivesse agido tão erradamente na primeira vez como está por agir agora.” (FRANKL, 2019a, p. 172).

Tal imperativo, além de evocar o caráter de irrepetibilidade dos momentos e, consecutivamente, a irreversibilidade das nossas vidas, também aponta para o fato de que sempre há uma postura responsável a ser assumida. Frankl nos exorta ao fato de que “quando já não somos capazes de mudar uma situação - podemos pensar em uma doença incurável, como um câncer que não se pode operar - somos desafiados a mudar a nós próprios.” (FRANKL, 2019a, p. 137).

Nesse sentido, a partir de uma espiritualidade natural que nos convoca à realização dos sentidos presentes nas situações, o humanescer se apresenta como tarefa inadiável, principalmente em tempos de crise, nos quais diante do que Frankl denominou de “tríade trágica” – sofrimento, culpa e morte – o ser humano precisa assumir uma postura: deixar-se perecer ou engrandecer mediante o enfrentamento heroico das adversidades.

Não há nenhuma situação de vida que seja realmente sem sentido. Isso ocorre porque os aspectos aparentemente negativos da existência humana, especialmente aquela tríade trágica na qual convergem o sofrimento, a culpa e a morte também podem plasmar-se em algo positivo, numa realização. Mas, é claro, mediante uma atitude e firmeza adequadas. (FRANKL, 2015, p. 28).

Só em um mundo utópico a vida estaria isenta de momentos de crise, mas isso também destituiria o ser humano da possibilidade de se engrandecer com o heroísmo que brota da profundidade espiritual para enfrentar as adversidades. O sofrimento e a morte pertencem inevitavelmente a tudo que é dotado de vida no ser humano. A partir de uma postura positiva que desconsidera a realidade concreta, excluindo a angústia e o sofrimento como auxiliares no aprendizado e aprimoramento pessoal, o sofrimento e a dor são considerados como algo que deve ser evitado a qualquer custo, ignorando suas causas e se refugiando em subterfúgios. Na obra *Em busca de sentido*, ao tratar sobre a desvalorização da realidade, Frankl comenta: “Essas pessoas estão se esquecendo de que, muitas vezes, é justamente uma situação exterior extremamente difícil que dá a pessoa a oportunidade de crescer interiormente para além de si mesma.” (FRANKL, 2019a, p. 96).

Faz-se importante ressaltar que Frankl não acredita ser necessário o sofrimento para que a vida seja dotada de sentido, pois “sofrer

desnecessariamente é ser masoquista, e não heroico.” (FRANKL, 2019a, p. 138). O que Frankl está incansavelmente a afirmar é que se a vida possui sentido em todas as situações e o sofrimento faz parte da vida, logo ele também tem um sentido a ser desvelado. Trata-se da efetivação do que Frankl denomina de “valor de atitude”. Corresponde à postura que se adota na realização do sentido frente ao sofrimento inevitável das situações limites.

A partir do “valor de atitude” se evidencia que, diante dos momentos de crise, mais importante do que negá-los por meio de uma atitude positiva distinta da realidade, faz-se necessário reafirmá-los e transformá-los em uma conquista interior. Frankl defende que “privar a vida da necessidade e da morte, do destino e do sofrimento, seria como tirar-lhe a configuração, a forma.” (FRANKL, 2003, p. 154). Fica evidente que se os momentos alegres conferem forma à vida, nos momentos de sofrimento, mediante o testemunho pessoal, também o é.

Dittrich, (2010b) contribui com esta reflexão dizendo que tais relações situacionais surgem dos processos permanentes de criatividade na forma de ser e de conviver do humano e isso implica humanescer. Tais processos se enraízam em uma profundidade abissal de seu corpo-criante, lócus manifestante do espírito da vida, como “fundamento último”, que é amor criante, por isso estabelece uma matriz geradora que está em gênese permanente e se mostra nas ações solidárias e construtivas para fazer nascer o sentimento de liberdade e responsabilidade de ser no mundo, para a superação dos limites e ampliação de possibilidades.

O humanescer um fenômeno que se configura como postura de ser e de habitar o mundo de forma pessoal, subjetiva, interrelacional e singular. Ele brota da espiritualidade natural e possui uma alta capacidade de transformar uma tragédia em triunfo pessoal, uma situação difícil em sucesso humano de crescimento. Pois, na crise, o humanescer no cuidado à vida leva ao despertar para uma atitude fundamental a ser vivida, a busca da descoberta do sentido de viver na relação com o outro, com a cultura, com a natureza e com o transcendente.

Considerações finais

Conclui-se que a dimensão espiritual pode se manifestar na forma como o ser humano pensa, sente e age diante de situações da vida. Enquanto dimensão essencial, o ser humano é invocado a se voltar a ela em todos os momentos, não como um convite a um fechamento em si, mas para viver a autotranscedência que é própria dessa dimensão. Com efeito, esse movimento é a vivência da espiritualidade natural que nasce da dimensão profunda espiritual, a qual articula as demais dimensões biofísica e psíquica. A espiritualidade natural é a expressão legítima da maneira de ser e de viver do ser humano, como um fenômeno humano que caracteriza sua forma de ser no mundo e isto tem relação intrínseca com suas verdades, valores e da vontade de encontrar um sentido para a existência.

Nessa perspectiva, como postulado por Dittrich (2010a, 2010b), a concepção de espiritualidade natural está além da visão de uma espiritualidade religiosa, dentro de conceitos e dogmas fechados em doutrinas institucionalizadas. Levando em consideração que a espiritualidade é da natureza humana, pois está ligada ao cerne da energia vital criativa do ser, ela encerra algo de sagrado, pois, está ligada ao amor, à criatividade, à transcendência no desejo de saciar sentido de vida.

Nesse momento de crise advindo com a pandemia, uma questão existencial de máxima relevância para a saúde se impõe: não basta garantir e lutar pela sobrevivência, mas também descobrir o porquê se quer viver, mesmo diante das adversidades. Nesse sentido, um cuidado integral não deve se restringir à prevenção e tratamentos no âmbito fisiopatológico, mas também uma atenção especial à dimensão espiritual do ser humano, ainda que os efeitos da pandemia não sejam totalmente compreendidos. Entende-se que uma compreensão multidimensional de saúde ordena a concatenação de diversos saberes e estratégias para oferecer as bases para que o ser humano responda mais confortantes em um cenário de incertezas. Nesse viés, dar um acento à espiritualidade natural e tudo o que implica a essa dimensão, pode ser empregada como estratégia concreta a fim de promover um cuidado mais humanizado, contribuindo para o humanescer, mesmo em momentos de crise.

REFERÊNCIAS

AMATUZZI, Mauro Martin. Desenvolvimento psicológico e desenvolvimento religioso. *In*: MASSINI, M.; MAHFOUND, M. (org.). **Diante do mistério: psicologia e senso religioso**. São Paulo: Loyola, 1999.

BOFF, Leonardo. **Espiritualidade: caminho de realização**. Petrópolis: Vozes, 2003.

DITTRICH, Maria Glória. **Arte e criatividade, espiritualidade e cura: a teoria do corpo-criante**. Blumenau: Nova Letra, 2010a.

DITTRICH, Maria Glória. La creatividad desde la teoría del cuerpo-creante. *In*: TORRE, Saturnino de la; MAURA; María Antonia Pujol (org.). **Creatividad e Innovación**. Enseñar com outra consciência. Madrid: Editorial Universitas, S.A. 2010b.

DITTRICH, Maria Glória; URIARTE NETO, Mário. Humanescer na saúde: um olhar sobre a formação universitária. *In*: FARHAT, Eleide Margarethe Pereira; DITTRICH, Maria Glória (org.). **Educação e saúde: políticas públicas e vivências dialógicas**. Itajaí: Editora da UNIVALI, 2016.

DITTRICH, Maria Glória; PAHL, Carolina; MELLER, Vanderlea. Fundamentos sobre o ser humano e a espiritualidade natural na educação. **Humanidade e Inovação**, v. 8, n. 43, p. 288, 2021. Disponível em: file:///C:/Users/WIN10/Downloads/5874-Texto%20do%20artigo-18665-1-10-20210813%20(2).pdf Acesso em: 29 ago. 2021.

ESPERANDIO, Mary. Espiritualidade e saúde: a emergência de um campo de pesquisa interdisciplinar. **REVER**, São Paulo, v. 20, n. 2, p. 7-10, maio/ago, 2020.

FRANKL, V. E. **Psicoterapia e sentido da vida: fundamentos da logoterapia e análise existencial**. São Paulo: Quadrante, 1989.

FRANKL, V.E **La psicoterapia al alcance de todos**. Barcelona: Herder, 2003.

FRANKL, V. E. **O sofrimento de uma vida sem sentido**. São Paulo: É Realizações, 2015.

FRANKL, V. E. **A presença ignorada de Deus**. 18. ed. São Leopoldo, RS: Sinodal; Petrópolis, RJ: Vozes, 2017.

FRANKL, V. E. **Em busca de sentido**. Petrópolis: Vozes, 2019a.

FRANKL, V. E. **Psicoterapia e sentido da vida**. São Paulo: Quadrante, 2019b.

FUNDAÇÃO OSWALDO CRUZ (FIOCRUZ). **Boletim Observatório Covid-19**. Rio de Janeiro, 2021. Disponível em: https://portal.fiocruz.br/sites/portal.fiocruz.br/files/documentos/boletim_covid_2021_extraordinario_junho_parte1.pdf. Acesso em: 25 jun. 2021.

KOENIG, H. G.; KING, D. E.; CARSON, V. B. **Handbook of religion and health**. 2. ed. Oxford: Oxford University, 2012.

KOVÁCS, M. J. Contribuições de Elizabeth Kübler-Ross nos estudos sobre a morte e o morrer. *In: INCONTRI, D.; SANTOS, F. S. (org.). A arte de morrer: visões plurais.* São Paulo: Comenius, 2007.

LANCETTI, A.; AMARANTE, P. Saúde mental e saúde coletiva. *In: CAMPOS, G. et al. (org.). Tratado de saúde coletiva.* São Paulo: Hucitec; Rio de Janeiro: Fiocruz, 2006. p. 615-634.

ORNELL, F.; SCHUCH, J. B.; SORDI, A. O.; KESSLER, F. H. P. “Pandemic fear” and COVID-19: mental health burden and strategies. **Brazilian Journal of Psychiatry**, Forthcoming, v. 32, n. 3, p. 232-235, May/Jun. 2020. Doi: <https://doi.org/10.1590/1516-4446-2020-0008>.

RIBEIRO, Claudio de Oliveira. Alteridade, espiritualidade e pandemia. **Caminhos de diálogo**. Curitiba, v. 8, n. 13, p. 231-248, jul./dez. 2020. Doi: <http://dx.doi.org/10.7213/cd.a8n13p231-248>.

ROBLES, Yaqui Andrés Martínez. Um olhar existencial à morte ou finitude. *In: OLIVEROS, Olga Lehmann; KROEFF, Paulo. Finitude e sentido da vida: a logoterapia no embate com a tríade trágica.* Porto Alegre: Evangraf, 2014.

TILLICH, Paul. **Teologia sistemática**. Tradução Getúlio Bertelli e Geraldo Korndörfer. 5. ed. São Leopoldo: Sinodal 2005.

ZUBIRI, Xavier. **El problema filosófico de la historia de las religiones**. Madrid: Alianza Editorial, 1993.