



ESPIRITUALIDADE E SAÚDE DA PESSOA IDOSA

SPIRITUALITY, RELIGIOSITY AND HEALTH OF THE ELDERLY PERSON

ESPIRITUALIDAD, RELIGIOSIDAD Y SALUD DE LA PERSONA MAYOR

*Cirlene Francisca Sales da Silva**

*João Luiz Correia Júnior***

RESUMO

O maior alcance da longevidade tem impulsionado as autoridades governamentais, não governamentais e pesquisadores a se debruçarem acerca das questões referentes ao fenômeno de se viver mais. Mais especificamente, às demandas que emanam do envelhecer. Desse modo, o presente artigo tem como objetivo geral compreender a relação entre a espiritualidade e saúde da pessoa idosa. Trata-se de uma revisão de literatura acerca da temática. Os resultados obtidos indicam que existe uma relação importante e íntima entre a espiritualidade e a saúde de pessoas com idade superior a 60 anos. Para além, os referidos pilares parecem também ter um papel determinante de apoio para muitas pessoas nessa faixa etária e pode ser parte das suas estratégias de enfrentamento diante de situações de sofrimento. Sobretudo, no contexto de problemas de ordem física e mental. Diante das limitações do presente estudo, se faz necessário o aprofundamento de pesquisas que possam contribuir para o bem-estar das pessoas idosas por meio da espiritualidade.

* Doutora e mestra em Psicologia Clínica, UNICAP (2019). Professora da Graduação e do Programa de Pós-graduação em Psicologia Clínica, PPGPSI, UNICAP. E-mail: cirlene.silva@unicap.br.

** Doutor em Teologia (linha de pesquisa em Estudos Bíblicos) pela PUC RIO (1998). Pós-doutor pela PUC GOIÁS. Professor Titular e Pesquisador da Universidade Católica de Pernambuco, UNICAP, desde agosto de 1988. Coordenador do Projeto de Extensão Universitária "Fórum sobre Questões do Envelhecimento" e Coordenador o Grupo de Estudos "Espiritualidade, Saúde e Envelhecimento", do PPGCR da UNICAP. E-mail: joao.correia@unicap.br.



Palavras-chave: idoso; transcendência; vigor.

ABSTRACT

The greater reach of longevity has driven governmental and non-governmental authorities and researchers to address issues related to the phenomenon of living longer. More specifically, to the demands emanating from aging. Thus, this article aims to understand the relationship between spirituality and health of the elderly. This is a literature review on the subject. The results obtained indicate that there is an important and intimate relationship between spirituality and the health of people over 60 years of age. In addition, these pillars also seem to have a decisive role in supporting many people in this age group and can be part of their coping strategies in the face of situations of suffering. Especially in the context of physical and mental problems. Given the limitations of the present study, it is necessary to deepen research that can contribute to the well-being of the elderly through spirituality.

Keywords: elderly; transcendence; force.

1 INTRODUÇÃO

1.1 Em busca de conceitos

O conceito de “espiritualidade”, de um modo geral, reporta-se a algo que vai além da mera prática religiosa. É algo próprio do ser humano, faz parte de sua dimensão antropológica a possibilidade de cultivar uma espiritualidade. Ao longo dos séculos e até hoje, homens e mulheres deixaram-se imbuir por um espírito, empenhando as suas competências e a própria vida em prol de causas que lhe parecem interessantes.

A espiritualidade, por ser algo próprio da condição humana, não é uma experiência circunscrita apenas aos crentes religiosos. Até as pessoas que se dizem ateias ou agnósticas têm sua própria espiritualidade e, às vezes, em grau muito elevado. Pensemos em homens e mulheres que cultivaram elevadíssimos valores humanos e até deram generosamente a própria vida em prol de nobres causas e de pessoas pelas quais julgaram que valia a pena entregar-se até a morte. Também cultiva sua própria espiritualidade quem a pessoa egoísta, fechada sobre si mesma, autodestrutiva ou destruidora de outras pessoas e dos bens socioambientais ao seu redor.

Desse modo, o conceito de “espiritualidade” toca sempre nos valores considerados como fundamentais, que impulsionam o agir na vida cotidiana, podendo ser definido como um estilo de vida, um modo de sentir, pensar e agir segundo valores tomados como essenciais, que direcionam a ação humana e lhe dão a sensação de encontrar sentido, razões para continuar vivendo e objetivos para empenhar suas energias ao longo da existência (CORREIA JÚNIOR; SOARES, 2016, p. 24).

O conceito de “saúde”, etimologicamente procede do latim *sanitas*, referindo-se à integridade anátomo-funcional dos organismos vivos (sanidade). Por seu caráter multidimensional, o conceito de saúde deve ser examinado segundo as diferentes referências culturais e teóricas, e depende do período histórico e do lugar em que se estabelece a definição. Da Antiguidade ao século XXI, superada a concepção sobrenatural de saúde e enfermidade, concebia-se saúde como a ausência de enfermidade (doença, deficiência, invalidez). Estado que revelava o equilíbrio do organismo, com referência aos seus meios interno e externo. Gozar de saúde significava não padecer de enfermidade, estar em harmonia consigo mesmo e com o meio (BVS/MS – BIBLIOTECA VIRTUAL EM SAÚDE/MINISTÉRIO DA SAÚDE, 2022). Em 1.947 a Organização Mundial da Saúde (OMS) definiu saúde como “um estado de completo bem-estar físico, mental e social e não apenas a ausência de doença”. A definição da OMS pode ser considerada avançada para a época em que foi realizada, mas, no momento, é irreal, ultrapassada e unilateral, por visar a uma perfeição inatingível.

Isto posto, porque o estilo e o ritmo de vida impostos pela cultura, pela organização do trabalho, pela vida nas metrópoles, entre tantos outros fatores, fazem com que seja necessário um conceito ampliado de saúde, que se desloca do campo biológico e não pode ser pensado apenas do ponto de vista da doença. É indispensável, nesse contexto, entender saúde por meio das relações históricas, econômicas, políticas, sociais, da qualidade de vida, das necessidades básicas do ser humano, seus valores, crenças, direitos, deveres, suas relações dinâmicas e construídas ao longo de todo o ciclo da vida e do meio em que convive, ou seja, de modo sistêmico, onde o todo é maior que a soma de suas partes (SILVA, 2019).

Seguindo a reflexão acima, o conceito de “Saúde”, conforme a BVS/DeCS (BIBLIOTECA VIRTUAL EM SAÚDE/DESCRITORES EM CIÊNCIAS DE SAÚDE, 2022, identificador nº 28448), refere-se ao “Estado do organismo quando funciona otimamente sem evidência de doença”. Nesse contexto, a OMS (Organização Mundial de Saúde), instituiu a data de 05/08 como o Dia Nacional da Saúde, pela [Lei nº 5.352/1.967](#) com a finalidade de promover a educação sanitária e despertar no povo a consciência do valor da saúde.

Nesse sentido, o presente artigo tem como objetivo geral compreender a relação entre a espiritualidade e saúde da pessoa idosa.

2 COMO CULTIVAR A ESPIRITUALIDADE

Do ponto de vista da fé, o cultivo da espiritualidade se faz pela experiência do encontro pessoal com o divino. Impossível definir Deus, mas a sua presença está aí, para quem deseja sentir, contemplar, conversar (falar/escutar), enfim, entregar-se à delicadeza do seu Divino Espírito¹. Deus é espírito perfeitíssimo, sopro vital, mistério divino e maravilhoso que tudo perpassa, o “Transcendente”. Nos dias hodiernos percebemos mais o abraçar de pessoas, a partir de 60 anos, com o transcendente

A partir do cultivo da espiritualidade, a pessoa vai-se impregnando da essência desse “Algo Mais”, deixando-se, gradativamente, transfigurar-se por sua dinâmica força geradora de vida, assumindo, inclusive, a vocação de trabalhar em prol da criação divina, como cocriador, evidencia constatada em vários espaços onde circulam pessoas idosas.

A relação de intimidade com Deus, ao longo da vida, é um aprendizado contínuo e, ao mesmo tempo, um bálsamo suave e perfumado para enfrentar as agruras do cotidiano. Imagine o bem que a oração causa a alguém que fez essa experiência ao longo da existência. Talvez, no seu momento final, se estiver em plena lucidez, o desenlace, a entrega nas mãos de Deus seja muito mais fácil. Na nossa prática

¹ A palavra “espírito”, na Bíblia, é derivada do latim “*spiritus*”, que traduz o grego “*pneuma*”. Em seu significado original é muito semelhante ao sentido da palavra hebraica “*ruah*”. Desse modo, palavra “espírito” guarda o sentido original de “*Ruah*”, o movimento do ar, vento, ou sopro vital, respiração. Daí o sentido de “ânimo”, “coragem”, “vigor” (MACKENZIE, 1983, p. 305, verbete “espírito”).

cotidiana temos percebido esta conexão nas pessoas que estão vivendo a última fase da vida, a velhice.

2.1 Espiritualidade e Religião

O cultivo da espiritualidade religa o ser humano ao transcendente. Mas tudo depende do querer. Se quiser, de livre e espontânea vontade, o ser humano pode aprofundar a dimensão espiritual de várias formas.

2.1.1 Na Religião

Embora não seja o único espaço propício para se cultivar a espiritualidade do ponto de vista da fé, as diversas tradições religiosas têm sido, desde tempos imemoriais, um ambiente propício para se fazer essa experiência. Por exemplo, no cárcere. Tal experiência foi observada em uma pesquisa de mestrado com mulheres idosas aprisionadas em uma penitenciária, onde a maioria se autodeclarou evangélica (VILELA, 2021).

A Religião, de certo modo, está impregnada na cultura em que cada pessoa está inserida. Independe das instituições religiosas, a Religião se reporta à dimensão antropológica e cultural da humanidade.

Do ponto de vista antropológico, segundo o sociólogo da religião, Stefano Martelli (1952), o aparecimento do “homo religiosus” não é um evento recente; o reconhecimento e apelo a seres superiores e transcendentais é uma atitude constitutiva do ser humano desde as primeiras formas culturais em que se reconhece a hominização (aquisição de caráter ou atributos distintivos da espécie humana em relação às espécies ancestrais). Os dados das pesquisas arqueológicas mais recentes atestam que o “homo-sapiens” antigo (que viveu entre 400.000 e 150.000 anos atrás), produzia objetos com incisões de caráter simbólico, os quais podiam ter significado cultural e mágico-religioso. Depois, as expressões do simbolismo religioso tornaram-se ainda mais explícitas. Práticas funerárias (posição ritual do cadáver), culto dos ossos, culto dos animais agressivos (ursos lobo), ritos de passagem e ritos propiciatórios, esperança na vida além da morte e da crença em um mundo sobrenatural, tudo isso representa a chegada da hominização (MARTELLI, 1995, p.

137-138). Tem-se, portanto, nesse ambiente antropológico religioso, excelente espaço para o cultivo da espiritualidade.

Do ponto de vista cultural, ao longo dos séculos, a Religião foi se configurando por meio da religiosidade praticada segundo tradições herdadas dos ancestrais, que passaram a ser mantidas por instituições religiosas que preservaram cultos (cerimônias ou rituais religiosos pelos quais um grupo adora uma divindade); crenças (convicções formadas a partir de proposições religiosas consideradas verdadeiras); preceitos (obrigações culturais exigidas durante determinado período); leis religiosas (doutrinas ensinadas como regra de vida para o comportamento cotidiano nas relações sociais). Assim, a Religião se apresenta ao longo dos séculos como orientação de salvação ou iluminação, configurando o estilo de vida pessoal e comunitário de determinada cultura. Dados de pesquisa demonstram essa realidade, o envolvimento de pessoas idosas com a religião (VILELA, 2021; SILVA, 2019).

A espiritualidade foi sendo cultivada dentro desse arcabouço cultural religioso, inclusive em Instituições Religiosas. Contudo, com o advento da Modernidade, a espiritualidade foi sendo aprofundada cada vez mais por meio outras expressões culturais, tais como as diversas formas da Arte (pintura, escultura, literatura), ou mesmo através das Ciências da Natureza, com o encantamento diante das novas descobertas científicas no cuidado com a vida em sua pluriformidade. E graças à essas possibilidades, percebe-se a garantia de mais qualidade de vida às pessoas idosas, lhes conferindo saúde de forma sistêmica.

2.2 *Espiritualidade e arte*

A espiritualidade hoje está expressa de inúmeras formas, inclusive nos poemas cantados da Música Popular Brasileira – MPB. Isso pode ser constatado claramente no texto da canção² “Se eu quiser falar com Deus”, composta por Gilberto Passos Gil Moreira (Gilberto Gil):

² *Canção* é uma composição musical escrita sobre um texto em forma de poema, para ser cantada, acompanhada por instrumentos musicais. *Poema* é um texto escrito em prosa (expressão natural da linguagem) ou em verso (cada uma das linhas de um poema), para transmitir uma mensagem profunda, a partir de interpelações pessoais, provenientes do contexto histórico, social, político, econômico e cultural. São textos que tocam o coração do leitor pela beleza e sentido profundo do seu conteúdo (CORREIA JÚNIOR, In: CABRAL; PINA NETA, 2018, p. 117). *Poesia* é aquilo que transpira

Se eu quiser falar com Deus
Tenho que ficar a sós
Tenho que apagar a luz
Tenho que calar a voz
Tenho que encontrar a paz
Tenho que folgar os nós
Dos sapatos, da gravata
Dos desejos, dos receios
Tenho que esquecer a data
Tenho que perder a conta
Tenho que ter mãos vazias
Ter a alma e o corpo nus

Se eu quiser falar com Deus
Tenho que aceitar a dor
Tenho que comer o pão
Que o diabo amassou
Tenho que virar um cão
Tenho que lamber o chão
Dos palácios, dos castelos
Suntuosos do meu sonho
Tenho que me ver tristonho
Tenho que me achar medonho
E apesar de um mal tamanho
Alegrar meu coração

Se eu quiser falar com Deus
Tenho que me aventurar
Tenho que subir aos céus
Sem cordas pra segurar
Tenho que dizer adeus
Dar as costas, caminhar
Decidido, pela estrada
Que ao findar vai dar em nada
Nada, nada, nada, nada
Nada, nada, nada, nada
Nada, nada, nada, nada
Do que eu pensava encontrar

Trata-se de um poema em verso muito bem articulado em três estrofes (unidades ou partes do poema). Na sequência, percebe-se um itinerário de autotranscendência. Na primeira, a ênfase está no predispor-se para se colocar na presença de Deus. A segunda insiste no assumir a si mesmo, bem como as contingências existenciais do

do poema (em prosa ou e em verso), em sua dimensão profunda, que toca o coração do leitor. Interessante acrescentar que o poético pode “tocar” a alma de forma suave como uma brisa leve, ou como algo forte e impactante, como um murro na cara.

momento. Na última estrofe, interpela-se a ousadia de sair de si e aventurar-se, transcender-se.

O presente artigo, a partir das três estrofes de “Se eu quiser falar com Deus”, apresenta uma reflexão sobre a espiritualidade, por meio da qual o ser humano, ao longo do seu tempo finito (existência pessoal), em colóquios com o divino, chega a “tocar” em sua infinitude. Essa experiência desvela-se na finitude, principalmente na velhice, ao se perceber a conexão das pessoas idosas com a música e a alegria que a música lhes proporciona.

2.3 Predispor-se

A primeira estrofe demonstra o que deve ser feito previamente para o colóquio com Deus. Trata-se de um excelente itinerário espiritual, que consiste em predispor-se para essa aproximação com o divino:

Se eu quiser falar com Deus
Tenho que ficar a sós
Tenho que apagar a luz
Tenho que calar a voz
Tenho que encontrar a paz
Tenho que folgar os nós
Dos sapatos, da gravata
Dos desejos, dos receios
Tenho que esquecer a data
Tenho que perder a conta
Tenho que ter mãos vazias
Ter a alma e o corpo nus

“Se eu quiser...”, isto é, tem-se a liberdade para, quando e onde puder, buscar uma comunicação direta com o divino, sem intermediação de ninguém ou de instituição religiosa alguma. É algo pessoal, de fórum íntimo.

Na comunicação/relação com Deus, a pessoa é interpelada a fazer algo por si mesma, como um imperativo categórico, “Tenho que...”. Desse modo, para falar com Deus, o ser humano vulnerável tem de enfrentar a si mesmo, como sugere a canção:

- apegado aos demais: “Tenho que ficar a sós”
- medroso: “Tenho que apagar a luz”

- tagarela: “Tenho que calar a voz”
- espalhafatoso: “Tenho que encontrar a paz” (=serenidade)
- apertado em roupas e sapatos: “Tenho que folgar os nós”

Para falar com Deus, o humano carregado de fragilidades tem de enfrentar a si mesmo:

- ansioso: equilibrar “desejos” e “receios”
- escravo da agenda: “esquecer a data”
- endividado: “perder a conta”
- apegado a bens materiais: “ter mãos vazias”
- apegado a si mesmo: “ter a alma e o corpo nus”

Em suma, o encontro pessoal com Deus supõe o desejo, o querer é, desse modo, apresentado como excelente antídoto contra as mazelas que tornam as pessoas cada vez mais vazias, do ponto de vista do sentido da vida, ou mais doentes, do ponto de vista do processo de desumanização que corrói a humanidade por dentro de cada pessoa. Daí a importância de estimular as pessoas idosas ao desejo de predispor-se à este encontro que lhes ajudará a ter mais saúde.

2.4 Assumir-se

Se quiser cultivar a espiritualidade, a relação com o divino (“falar com Deus”), cada pessoa tem que assumir a própria condição humana:

Se eu quiser falar com Deus
 Tenho que aceitar a dor
 Tenho que comer o pão
 Que o diabo amassou
 Tenho que virar um cão
 Tenho que lambe o chão
 Dos palácios, dos castelos
 Suntuosos do meu sonho
 Tenho que me ver tristonho
 Tenho que me achar medonho
 E apesar de um mal tamanho
 Alegro meu coração

Percebem-se, logo de início, pelo menos três aspectos da condição humana que devem ser enfrentados no cotidiano da vida, como algo necessário para se cultivar a espiritualidade:

- “aceitar a dor”: acolhê-la tal como ela se apresenta
- “comer o pão que o diabo amassou”: trabalhar arduamente
- “virar um cão”: empoderar-se para enfrentar as dificuldades

Outros três aspectos são apresentados como desafio para se cultivar a espiritualidade:

- “lamber o chão dos palácios, dos castelos suntuosos do meu sonho”: fazer o melhor, na simplicidade de um servo
- “me ver tristonho”: perceber-se triste, quando estiver, e assumir esse sentimento como contingencial, do momento
- “me achar medonho”: valorizar-se como alguém de fibra, capaz de continuar lutando

Por fim, apesar de um mal tamanho, “alegrar meu coração”. No cultivo da espiritualidade, relativizam-se as dificuldades da vida, enquadrando tudo como algo natural, da própria condição de ser humano. Fruto disso é a alegria interior, algo que não vem deste mundo, mas do espírito que habita nele e que tudo perpassa. As pessoas idosas que mergulham, em assumir-se, poderão experimentar do gozo da alegria interior, enquanto saúde mental, nessa fase da vida.

2.5 Transcender-se

Na última estrofe, a ênfase está na autotranscendência:

Se eu quiser falar com Deus
Tenho que me aventurar
Tenho que subir aos céus
Sem cordas pra segurar
Tenho que dizer adeus
Dar as costas, caminhar
Decidido, pela estrada
Que ao findar vai dar em nada
Nada, nada, nada, nada
Nada, nada, nada, nada
Nada, nada, nada, nada

Do que eu pensava encontrar

A pessoa idosa que cultiva a espiritualidade em sua relação com o Transcendente, sente-se impelida à transcendência. Para expressar essa necessidade de autossuperação, três imperativos são colocados: aventurar-se; confiar; despedir-se e caminhar; com decisão, deixando-se surpreender...

As pessoas que têm a partir dos 60 anos de idade precisam aventurar-se: “Tenho que me aventurar”. Aventurar-se é algo típico de pessoas ousadas, que não se submetem ao comodismo ou desânimo. Quem cultiva a espiritualidade sente-se motivado a buscar novas experiências, não se contentando com o que está posto de forma medíocre.

Elas precisam confiar: “Tenho que subir aos céus sem cordas pra segurar”. Essa é uma excelente metáfora para expressar a necessidade de “alçar voo”, “voar”, com confiança unicamente em Deus. A experiência de conexão com uma força superior, capaz de impulsionar a decolar é algo sublime, embora pessoal e intransferível. Mesmo que essa experiência de Deus possa ser narrada ou expressa de alguma forma, continua sendo algo muito pessoal: “Eu tenho que ousar fazê-la”. Por meio da experiência de “subir aos céus”, sente-se – na finitude do aqui e agora existencial – o frescor de uma brisa leve que reporta à plenitude da eternidade.

As pessoas na fase da velhice, para ter mais saúde, precisam despedir-se e caminhar: “Tenho que dizer adeus, dar as costas, caminhar”. Despedir-se das pessoas, dos lugares e da própria vida até então vivida, é algo circunstancial à natureza de tudo que existe, em sua realidade finita. Na despedida, é fundamental assimilar as perdas com resiliência. Quem deseja cultivar a espiritualidade sente-se fortalecido a “dizer adeus”, encarando as perdas com naturalidade. A escritora Lya Luft, no belo livro “Perdas & Ganhos”, ressalta essa dimensão de que é necessário trabalhar em si a consciência de que tudo passa, pois “somos inquilinos” de um mistério que nos ultrapassa, a vida:

Somos inquilinos de algo bem maior do que o nosso pequeno segredo individual. É o poderoso ciclo da existência. Nele todos os desastres e toda a beleza têm significados como fases de um processo. Estamos nele como as árvores da floresta: uma é atingida em plena maturidade e potência, e tomba. Outra nem chega a crescer, e fenece; outra,

velhíssima, retorcida e torturada, quase pede para enfim descansar...
mas ainda pode ter dignidade e beleza na sua condição³

Nesse sentido, é necessário para ter mais saúde, caminhar com decisão, deixando-se surpreender: “Decidido, pela estrada que ao findar vai dar em nada [absolutamente nada] do que eu pensava encontrar”. É necessário ter decisão e firmeza para seguir o caminho. Mas uma advertência é dada: ninguém sabe o que vai encontrar no fim da estrada (metáfora para finitude). Há uma grande expectativa sobre isso. Nesse ponto, é fundamental dar o primeiro passo no “caminho”, e deixar-se surpreender...

Num belo trecho do livro “O tempo e a eternidade”, o teólogo gaúcho Luiz Carlos Susin (1949) fazendo referência ao teólogo medieval Santo Tomás de Aquino (1225-1274), escreveu: “Neste mundo estamos “a caminho” (*in via*), e quando estivermos em Deus estaremos finalmente “na pátria” (*in pátria*)”.

E o caminho de cada ser humano, em seu itinerário pessoal, está atrelado ao caminho de toda humanidade, que vem de muito, muito longe. Conforme explica Susin,

...viemos da terra, e com ela viemos das estrelas; somos da mesma massa da poeira estelar, da matéria-prima de todo o universo... É o universo imenso, obscuro, caótico, indiferente à ética porque impessoal, o seio do qual evoluímos. Este universo impessoal, sem palavras, em grandioso silêncio quebrado por rumos enormes não diz nada a respeito de sua origem nem do que havia antes: simplesmente está aí... Em nossa experiência, nós viemos de alguém muito pessoal, de nossas mães. Este é um ponto de partida inteiramente humano. Por isso o que é impessoal, segundo nossa experiência, não provém do impessoal, mas do que há de mais íntimo da pessoa, o “seio”. O seio é a primeira metáfora da criação, a mãe é a primeira metáfora do Criador (SUSIN, 2018, p. 58).

Se o ser humano idoso não veio diretamente da impessoal poeira estelar que vagueia no espaço, mas do seio do Criador, o seu destino não se esvairá em poeira insignificante. É o que afirma Susin, na sua conclusão teológica sobre o fim da estrada em que caminha a humanidade:

O seio é a primeira metáfora da criação, a mãe é a primeira metáfora do Criador. Por isso a mesma experiência nos dá esperança de que nosso destino não será nos dissolvermos na poeira insignificante do universo impessoal, mas “de seio em seio” – do seio da mãe para o seio da família, desta para a comunidade, para a pátria, o mundo,

³ LUFT, Lya. **Perdas e Ganhos**. Rio de Janeiro: Record, 2004, p. 154.

abraçados ao todo, em comunhão até mesmo com as estrelas dos confins últimos do seio do universo desconhecido – estamos, afinal, no seio de Deus (SUSIN, 2018, p. 58).

O final da estrada é, portanto, surpreendente. O ápice da espiritualidade, o ponto culminante do encontro com Deus, o Transcendente, é a autotranscendência que, em suma, consiste na entrega confiante das próprias expectativas com relação ao fim da estrada, à finitude: “Em tuas mãos entrego meu espírito” (Sl 31,6; Lc 23,46; At 7,59).

É importante para as pessoas 60+ refletirem que Deus é surpreendente... Retirar-se, pela estrada, para o encontro pessoal com o Transcendente, supõe entrega, abandono confiante nas mãos de Deus. Impressiona o fato de os poetas tratarem brilhantemente de temas essenciais à vida, por meio de singelas palavras bem escolhidas, que brotam de suas intuições e observações subjetivas, sem terem necessariamente de dedicar-se ao estudo sistemático daquilo que escreveram em seus poemas.

Gilberto Gil é, sem dúvida, uma dessas pessoas. Em sua canção “Se eu quiser falar com Deus”, ele mostra seu lado de poeta teólogo, tocando com muito respeito e sutileza em temas delicados, pertinentes à espiritualidade.

Não é qualquer pessoa que consegue fazer isso. Muitas vezes, os próprios teólogos, “especialistas” nos estudos sobre Deus, não conseguem alcançar tamanha sensibilidade, na reflexão teológica. De fato, fazer a experiência de Deus exige uma decisão pessoal, mas também um aprofundamento na vida cotidiana, por meio de um itinerário espiritual.

Trata-se de uma experiência surpreendente, que, ao findar, vai dar em nada. Nada, nada, nada, do que se esperava encontrar...

Fica claro que vale a pena e que se trata de uma experiência necessária, pois todo ser humano necessita se encontrar com a sua própria essência divina. O filósofo francês Roger Garaudy (1913-2012), ao afirmar que Deus é necessário, utilizou os seguintes argumentos para justificar sua afirmação:

Sim,

Precisamos de Deus, presença, em cada um de nós, da exigência de busca do sentido da vida, da responsabilidade de descobri-lo e realizá-lo.

Precisamos de Deus para tomar consciência da unidade da vida, dessa mesma vida que anima a escalada da seiva nas árvores e nas flores, a pulsação do sangue no coração dos homens e essas manifestações de pedras em fusão que nos pareceriam – se se contraíssem em alguns instantes os milhares de anos em que se formaram e em que as montanhas sofreram a erosão – a elevação das ondas do mar em uma incandescência de vulcão. O movimento dessa vida dá ao ser humano a consciência de si mesmo: a natureza inteira é meu corpo sem limites, e minha consciência é habitada por toda humanidade na totalidade de sua história e civilizações.

Precisamos de Deus, cuja presença se manifesta pela possibilidade permanente de não nos abandonarmos, cegos e passivos, às derivas dessa corrente, e de assumirmos a responsabilidade de participar da pilotagem da criação contínua da vida. Liberdade arrebatadora de escolher entre a ascensão e a queda, entre a invenção de formas novas e mais ricas de vida, ou a resignação a uma decadência na qual as conquistas mais maravilhosas da técnica e do saber servem à destruição da nau que nos transporta e por que somos responsáveis: o planeta terra (GARAUDY, 1995, p. 163).

Acrescentaria à bela reflexão teofilosófica de Garaudy, que precisamos de Deus (esse mistério infinito que passa por dentro de nós, em nossa finitude, e nos ultrapassa ao longo da história, até à imensidão do universo) para acolhermos a nossa condição humana de seres finitos, com alegria. Se as pessoas idosas seguirem este caminho, com certeza, terão mais saúde.

A vida, apesar de finita, é uma grande oportunidade para, conscientemente, saborearmos a infinitude, em suas marcas indeléveis entre nós.

Segundo a tradição bíblica (livro do Êxodo 33,20), o ser humano não pode ver Deus e continuar vivo:

Moisés respondeu a lahweh:

“Rogo-te que me mostres a tua glória.”

Ele replicou:

“Farei passar diante de ti toda a minha beleza, e diante de ti pronunciarei o nome de lahweh. Terei piedade de quem eu quiser ter piedade e terei compaixão de quem eu quiser ter compaixão.”

E acrescentou:

“Não poderás ver a minha face, porque o homem não pode ver-me e continuar vivendo”.⁴

Embora não possa ver Deus e continuar vivo, é possível fazer a experiência do Divino. Jesus de Nazaré, segundo relato do Evangelho de Marcos, é apresentado em colóquio com Deus desde o início de sua missão: “De madrugada, estando ainda escuro, ele se levantou e retirou-se para um lugar deserto e ali orava” (Mc 1,35; Mt 26,36-46; Lc 22,40-46). No monte Tabor, tomando consigo Pedro, João e Tiago, Jesus subiu a montanha para orar (Mc 9,2-8; Mt 17,1-8; Lc 9,28-36). Antes de ser entregue, encontramos Jesus no Getsêmani, em oração: “E ele disse a seus discípulos: ‘Permaneçam aqui enquanto vou orar’” (Mc 14,32; Mt 26,36-46; Lc 22,40-46). Provavelmente, por ter cultivado uma intimidade familiar com Deus, Jesus o chama amorosamente de “Pai”. E, no último suspiro, na cruz, conforme atesta o Evangelho de Lucas, Jesus teria declamado um trecho do Salmo 31,6: [Pai], “em tuas mãos entrego o meu espírito” (Lc 23,46). A leitura acima nos remete à boa morte, uma passagem tranquila para outro plano existencial. Outrossim, saúde mental nos últimos segundos da existência do ser humano.

3 ESPIRITUALIDADE E SAÚDE DA PESSOA IDOSA: TECENDO ENCONTROS ENTRE ESSES PILARES ESSENCIAIS À VIDA

Neste caminhar, diante das reflexões acima elencadas, pretendemos tecer considerações acerca do cerne desse artigo “Espiritualidade e saúde da pessoa idosa”. Nesse sentido, o conceito de “Saúde da Pessoa Idosa” refere-se à saúde e bem-estar das pessoas 60+ e à prestação de cuidados de saúde adaptados aos problemas especiais dessas pessoas. A saúde na terceira idade depende, sobretudo, dos cuidados no passado (BVS/DeCS, 2022, identificador nº 28470). Dessa forma, dependerá, do modo como a pessoa entregou esse corpo para velhice (PAPALIA; MARTORELL, 2022).

Costa, Bezerra, Becker, Pereira, Ramos e Albuquerque (2020) afirmam que a espiritualidade influencia a saúde da pessoa idosa. Desse modo, os autores supramencionados salientam que a espiritualidade envolve a busca pelo sentido da

⁴ Neste trabalho, as citações apresentadas são colhidas da **BÍBLIA DE JERUSALÉM**: Nova edição, revista e ampliada. São Paulo: 2002.

vida, o que a torna essencial para a promoção e recuperação da saúde. Mormente, a espiritualidade e as práticas espirituais ajudam a superar as dificuldades, principalmente no caso da saúde, por proporcionar esperança e melhor aceitação. Eles ressaltam que a espiritualidade influencia na saúde de forma positiva, devido à melhora no enfrentamento das demandas vividas, como também para a manutenção e recuperação de situações de saúde.

Diante do exposto, percebe-se a importância da espiritualidade para saúde da pessoa idosa. Entretanto, este estudo tem suas limitações. Desse modo, novas pesquisas devem ser realizadas para aprofundar a temática proposta.

REFERÊNCIAS

- ALMEIDA, R. *A Igreja Universal e seus demônios*. São Paulo: Terceiro Nome, 2009.
- BÍBLIA DE JERUSALÉM*: Nova edição, revista e ampliada. São Paulo: 2002.
- BVS/MS (BIBLIOTECA VIRTUAL EM SAÚDE DO MINISTÉRIO DA SAÚDE). *05/8 Dia Nacional da Saúde*. 2022. <https://bvsm.sau.gov.br/05-8-dia-nacional-da-saude/>.
- BVS/DeCS - Biblioteca Virtual em Saúde. *Descritores em Ciências da Saúde*, 2022. https://decs.bvsalud.org/ths/resource/?id=28448&filter=ths_exact_term&q=SA%C3%9ADE
- CAMPOS C.J.G.; MURAKAMI, R. Religião e saúde mental: desafio de integrar a religiosidade ao cuidado com o paciente. *Revista Brasileira de Enfermagem*, v.2, n.65, p.361-7. Belo Horizonte, 2012.
- CORREIA JÚNIOR, J. L. O místico poeta dos pobres e da libertação. In: CABRAL, N. D. A.; PINA NETA, L. (Orgs.). *“Andar às voltas com o belo é andar às voltas com Deus”*: a relação de Dom Helder Camara com as artes. Recife: Bagaço, 2018.
- COSTA, V. S.; BEZERRA, C. C.; BECKER, S. G.; PEREIRA, R. S. F.; RAMOS, G. O. S.; ALBUQUERQUE, C. F. A influência da espiritualidade na saúde do idoso institucionalizado. *Scire Salutis*, v.10, n.1, p.23-30, 2020. DOI: <http://doi.org/10.6008/CBPC2236-9600.2020.001.0005>
- CORREIA JÚNIOR, J. L.; SOARES, S. A. G. *A espiritualidade de Jesus*. São Paulo: Paulinas, 2016.
- GARAUDY, R. *Deus é necessário?* Rio de Janeiro: Jorge Zahar Ed., 1995, p. 163.
- LUFT, L. *Perdas e Ganhos*. Rio de Janeiro: Record, 2004, p. 154.
- MACKENZIE, J. L. *Dicionário Bíblico*. São Paulo: Paulinas, 1983.
- MARTELLI, S. *A religião na sociedade pós-moderna: entre secularização e dessecularização*. São Paulo: Paulinas, 1995.
- PAPALIA, D. E.; MARTORELL, G. *Desenvolvimento humano*. 14ª ed. Porto Alegre:

Artmed, 2022.

SILVA, C.F.S *Relacionamento intergeracional entre idosos e adultos jovens da mesma família: caracterização e repercussões*. 2019. Tese (Doutorado) - Universidade Católica de Pernambuco. Pró-reitoria Acadêmica. Coordenação Geral de Pós-graduação. Doutorado em Psicologia Clínica, 2019.

SUSIN, L. C. *O tempo e a eternidade: a escatologia da criação*. Petrópolis: Vozes, 2018.

WHO. World Health Organization. *Envelhecimento ativo: uma política de saúde*. Brasília: Organização Pan-Americana da Saúde, 2005.