



Dica nº 008 – Psicologia
23/07/2013

CUIDANDO DA NOSSA ESPIRITUALIDADE

Na Esclerose Lateral Amiotrófica-ELA a vida acontece todos os dias de forma diferente e, a cada dia, novos desafios!

Quando nos defrontamos com uma situação muito difícil, há sempre duas escolhas: encontrar alguém ou alguma coisa para projetar a culpa pelas nossas dificuldades, ou podemos enfrentar o desafio e crescer.

Por isso, a importância de cuidarmos da nossa espiritualidade como caminho para o autoconhecimento e transformação dos nossos pensamentos e ações.

A espiritualidade não depende de religião e, muito menos, estar afiliado a alguma igreja ou templo. Acho que Leonardo Boff traduz tão perfeitamente esse conceito, que prefiro suas palavras: *“Ser espiritual é despertar a dimensão mais profunda que está em nós, que nos torna sensíveis à solidariedade, à cooperação, à compaixão, à fraternidade universal, à justiça para com todos, à veneração e ao amor incondicional”*.

Vejamos o exemplo da semente, que jamais conheceu a flor. Ela não pode nem mesmo acreditar que traga em si a potencialidade para transformar-se em uma bela flor. A flor nos mostra o caminho, na medida em que a sua paixão pela vida a conduz para fora da escuridão, para o mundo da luz. E, esse mundo do qual se contempla a luz, reside no ser divino e espiritual que existe em cada um de nós.

Que possamos repensar a urgência da nossa responsabilidade e da necessidade de *“CUIDARMOS de tudo, de todas as coisas, da vida e da terra, mas principalmente da nossa espiritualidade”*

Daniela Caramori Morgan - CRP 06/102734
Psicóloga Clínica, Pós-graduanda em Teorias e técnicas para Cuidados Integrativos pela Unifesp, Coordenadora da equipe de psicologia do Ambulatório de Doenças Neuromusculares da Unifesp.